

مادة كرة القدم (2)

خطط اللعب ( التكتيك )

للدكتور... مهند عمر

## خطط اللعب ( التكتيك )

### تعريف خطة اللعب (التكتيك):

هي فن قيادة المباراة وإدارتها وتتضمن نظريا معرفة كل الاحتمالات والوسائل والطرق والمهارات المستخدمة في لعبة كرة القدم.

أو هي التصرف الملائم للاعبين بهدف الوصول إلى النصر، هذا التصرف يمكن ملاحظته في لحظات معينة من المباراة كعمل جماعي وفي لحظات أخرى كعمل فردي وذلك حسب ظرف المباراة.

### تعريف آخر لخطة اللعب (التكتيك):

في كرة القدم وتحت كلمة (تكتيك) يمكن أن تفهم أن هناك لعبا منظما مخططا اقتصاديا عقليا متكيفا حسب ظروف المباراة يستفيد فيه أفراد الفريق من مهاراتهم الحركية وصفاتهم البدنية والعقلية ضمن إطار قانون اللعبة وبصورة مخططة مستغلين نقاط ضعف المنافس مما يتعين عليه استخدام مهاراته بصورة كاملة وذلك للحصول على أفضل نتيجة ممكنة.

### العوامل المؤثرة بخطة اللعب:

#### العلاقة بين خطط اللعب (تكتيك) وقانون اللعبة:

إن مواد قانون كرة القدم تحدد الإطار العام للعبة ومن خلال هذا الإطار تتم تحركات اللاعبين في الملعب ومواد القانون تفرض على اللاعبين أن يتصرفوا خططيا تصرفات معينة قد يستفيدون منها إذا كان قد استوعبوها.

ففي الركلات الحرة لا يعطي الحكم عموما إشارة لتنفيذ الركلة الثابتة، فالكرة الثابتة يمكن أن تلعب مباشرة والصحيح خططيا أن يتصرف اللاعبون بالكرة مباشرة دون إضاعة للوقت حتى لا يتمكن الفريق المنافس من أخذ احتياطاته واللجوء إلى المواقع الدفاعية، كذلك في رمية التماس ليس فيها تسلل.

وما مصيدة التسلل المشهورة سوى عملية خططية تعتمد اعتمادا كليا على مادة التسلل فإذا أحسن خط الدفاع استخدامها استطاع بذلك أن يهدم معظم المحاولات وخطط خط أفراد هجوم المنافس، إن اللاعب الذي يترك

الكرة ويقف منتظرا صافرة الحكم بعد أن يكون منافسه قد قام بمخالفة قانونية دليل على جهله لمواد القانون إذ أنه في هذه الحالة أضاع على نفسه وفريقه فرصة كبيرة أعطاها له الحكم.

### العلاقة بين الخطة والأداء المهاري (تكتيك وتكتيك):

إن كل تصرف أو عمل خططي بالكرة أو بدونها على أرض الملعب يتطلب حداً أو مقدارا معيناً من المهارات المتقنة عند اللاعبين، فكلما كان الأداء المهاري للاعب جيداً استطعنا أن نفرض عليه أو نطلب منه إجراءات خطوية أكبر، واللاعبون ذوو الأداء المهاري السيئ يركزون اهتمامهم أثناء المباراة على الكرة ويبدلون جهداً كبيراً في السيطرة عليها وبذلك يفوتون على أنفسهم وفريقهم لحظات خطوية هامة.

وهكذا فإن المتطلبات الخطوية يجب أن تتناسب مع القدرات المهارية للاعبين ويجب ألا يتفوق الأداء الخططي على الأداء المهاري أبداً، والملاحظ أن هناك بعض المدربين يقومون في أخطاء كبيرة عندما يطالبون لاعبيهم باتخاذ إجراءات خطوية معينة أثناء المباراة تتطلب إمكانات ومهارات ليست متواجدة لدى اللاعبين وأخيراً لا أداء خططي بدون مهارات متقنة، وقد يعوض الأداء الخططي بعض النقص الموجود لدى اللاعبين في الأداء المهاري ولكن لا يمكن أن يكون بديلاً عنه، وخطة اللعب تعيش وتتسامى عندما تكون مستندة على أسس مهارية متينة.

### العلاقة بين الأداء الخططي واللياقة البدنية:

قبل وضع خطة معينة لفريق ما يجب مراعاة النواحي الفسيولوجية لأفراد ذلك الفريق، إذ أن للياقة البدنية دوراً كبيراً في نجاح تلك الخطة أو إخفاقها فالأداء المهاري الجيد والإمكانات الخطوية الكبيرة لا يمكن أن تؤدي إلى النتيجة المرجوة طوال المباراة إذا لم تكن مصحوبة بلياقة جسدية عالية، والخطورة هنا أن تفرض متطلبات خطوية ذات صفات فسيولوجية كبيرة على اللاعبين لا يملكونها، فمثلاً لا يمكن للمدرب أن يطلب من خط الهجوم أن يغير مراكزهم باستمرار أثناء المباراة إذا لم يكن أفراد فريقه ذوي لياقة بدنية عالية إذ قد يؤدي ذلك إلى توقفهم بعد مدة قصيرة وضعف فاعليتهم، كذلك علينا عند وضع الخطة مراعاة إمكانات الفريق المنافس الفسيولوجية، فإذا كان الفريق المنافس ذا لياقة بدنية عالية وجب على المدرب هنا أن ينبه أفراد فريقه إلى الاحتفاظ بالكرة أطول مدة ممكنة بين صفوفهم وأن يمرروا الكرة فيما بينهم بشكل متقن حتى يفقد الفريق المنافس قوته وذلك بتحريكه بين لاعبيه هنا وهناك دون أن يصل إلى الكرة وأحياناً نجد أن بعض اللاعبين عند الفريق المنافس كلاعبى الدفاع مثلاً لا يرغبون في الابتعاد كثيراً عن مراكزهم وذلك لتقديرهم الجيد لضعفهم الفسيولوجي، فعلى المدرب هنا أن ينبه لاعبيه إلى تحريك ذلك اللاعب واستغلال ضعف لياقته للقضاء عليها بشكل نهائي عن طريق نقل التحركات إلى منطقته وفرض التحرك المناسب عليه.

## العلاقة بين الأداء الخططي والمؤثرات الخارجية:

إن معظم الألعاب الرياضية تتأثر بالظروف الخارجية لكن ليس بمستوى كرة القدم فحرارة الماء في حوض السباحة مثلا تؤثر على انجاز السباح ولاعب كرة الطائرة يتأثر أيضا بصلاية الكرة وطبيعة الأرض إلا أن الشروط الأساسية لا تتغير لديه كما في لعبة كرة القدم، وأهم المؤثرات الخارجية التي تؤثر على خطط لاعب كرة القدم هي:

### أ- مقاسات الملعب:

إن كل فريق يتدرب عادة على ملعب خاص به لذلك فهو يتلائم مع ذلك الملعب فإذا انتقل إلى ملعب آخر بمواصفات مختلفة من حيث الطول والعرض ظهر الضعف مباشرة في تصرفاته الخطئية، ففي الملاعب العريضة يجب تنبيه المهاجمين إلى تباعد بعضهم عن بعض حتى يتمكنوا من تفريق أفراد مدافعي الفريق المنافس، كذلك يجب تنبيههم أيضا إلى عدم تمرير الكرات الطويلة والقريبة من خط مرمى المنافس لأن معظمها سيكون على خط حارس المرمى أما الملاعب الضيقة فهي تلائم المدافعين السريعين بشكل خاص فالمدافعون والمهاجمون في هذه الملاعب يفضلون التمرير الطويل والابتعاد عن التمريرات العريضة كذلك على المهاجمين في تلك الملاعب الإكثار من تبادل المراكز فيما بينهم حتى يتمكنوا من فتح الثغرات بين المدافعين للوصول إلى المرمى، وهناك اختلاف أيضا في تكتيك اللعب بين الملاعب الكبيرة والملاعب الصغيرة، ففي الملاعب الكبيرة يجب أن يعتمد اللاعبون على لياقتهم البدنية، وعلى المدرب أن يشرك في تلك الملاعب اللاعبين ذوي القدرات الجسدية الكبيرة، أما في الملاعب الصغيرة فيفضل هنا الاعتماد على اللاعبين ذوي الأداء المهاري الجيد والابتعاد عن التمريرات الطويلة وأنواع الخداع واستخدام التمريرات الدقيقة القصيرة وتبادل المراكز بين اللاعبين ثم التصويب على المرمى بشكل مفاجئ وسريع.

### ب- طبيعة الأرض:

إن لطبيعة الأرض تأثيرا على أداء اللاعبين الخططي فالملاعب الممهده (المدحوله) الناعمة والمسطحة يفضل فيها تمرير الكرات الأرضية المنخفضة، أما الملاعب ذات الأرضية غير المستوية فتلعب الكرة فيها مرتفعه حتى لا تتأثر بالأرض، كذلك فإن الملاعب الخضراء تختلف عن بعض ففي الملاعب الصلبة يكون ارتداد الكرة أكبر مما في الملاعب الرخوة لذا يجب تنبيه اللاعبين هنا إلى عدم ترك الكرة ترتد عن الأرض حتى لا يكسب الفريق المنافس الوقت ويتخذ المكان المناسب، أما الملاعب الرخوة أو الرملية فهي تتطلب لياقة بدنية عالية فهنا يجب اختيار اللاعبين المناسبين لتلك الملاعب أو أقلمة الفريق بالتدريب عليها كما يفضل هنا تنبيه اللاعبين الى ترك الكرة في مسارها والابتعاد عن الاحتفاظ بها أكثر من اللازم، أما عندما تكون الملاعب موحلة فيفضل هنا أن تمرر الكرة عالية والابتعاد عن تمريرات الكرات الأرضية وهذا ينطبق على الملاعب المغطاة بالثلج.

### ج- أشعة الشمس:

في بداية المباراة عندما يريح الفريق القرعه عليه أن يختار جهة الملعب أو ركلة البداية ويستحسن أن يبدأ الفريق المباراة وأشعة الشمس من خلفه لأن أشعة الشمس تلعب دورا لا بأس به في الأداء الخططي للاعبين فعندما يلعب الفريق المنافس مواجهها للشمس على المدرب أن ينبه لاعبيه الى رفع الكرات العالية الى منطقة جزاء الفريق المنافس.

### د- الريح :

من المعلوم أن الريح المضادة تقصر من مسار الكرة لذلك فإن محور سقوطها يصبح منخفضا لكن الريح المظاهرة (الأتيه من خلف اللاعب) تطيل من مسار الكرة, لذلك على الفريق الذي يلعب ضد الريح أن يحتفظ بالكرة على الأرض ويستعمل التمريرات القصيرة لأنها أجدى بكثير من التمريرات الطويلة، كذلك يجب الانتباه الى أن اللعب ضد الريح يتطلب جهدا كبيرا ولياقة بدنية عالية لذا فعلى اللاعبين الابتعاد عن التحركات الغير ضرورية حتى لا يفقدون كثيرا من قوتهم، أما المهاجمون فعليهم استغلال قوة الريح المظاهرة للتصويب على المرمى من مسافات بعيدة، وعلى المدرب أن يعلم بأن القمصان الفضفاضة ليست مناسبة في طقس كهذا ولا بد من استبدال قمصان ضيقه بها.

### هـ- الأحذية:

يجب أن يكون حذاء لاعب كرة القدم مريحا متينا وخفيفا كي يمكنه من تنفيذ الاجراءات المطلوبة منه في المباراة بشكل متقن، وأن يكون ذا ابراز قابل لتبديل لان ابراز تختلف في نوعها وشكلها وارتفاعها باختلاف نوعية الأرض، فإذا كانت أرض الملعب موحلة أو مغطاة بالثلج على سبيل المثال يجب استبدال الابرار بابراز طويلة قانونية ودهن نعل الحذاء قليل من الشحم حتى لا تبقى قطع الطين والثلج عالقة عليه.

### و- الجمهور:

إن للجمهور أثرا كبيرا على الأداء الخططي للاعب كرة القدم، وتختلف انفعالات الجماهير بعضها عن بعض فهناك جمهور حاد جدا لا يرحم اللاعبين وهناك جماهير أخرى لينة لطيفة في انفعالها تقدر موقف اللاعب، واللاعبون في أثناء المباراة ينفعلون مع الجماهير ويتفاعلون معها فتعكس ردود أفعالهم على أرض الملعب بشكل سلبي أو بشكل إيجابي واللاعب ذو الشخصية الضعيفة أو ذو الخبرة القليلة ينهار أمام تلك الجماهير الصاخبة ويصبح وبالا على فريقه، لذلك يجب اختيار اللاعب المناسب للجمهور المناسب أو أقلمة اللاعبين مع الجماهير عن طريق المباريات التجريبية والحبية.

## 1- العلاقة بين الأداء الخططي و الإرادة القوية:

إن الإرادة القوية عند اللاعب ورغبته في الوصول إلى المستويات الرياضية العالية تحرك وتعبئ لديه الصفات الجيدة فاللاعب ذو الإرادة القوية هو فقط القادر على تجنيد الاحتياطي الفسيولوجية الموجود في جسمه في حالات التعب الشديد وتجاوز المستوى النفسي والاستمرار في الأداء العالي في اللحظات الحرجة من المباريات، فعلى المدرب أن ينمي قوة الإرادة بأن يخلق حالات في التدريب تمكن اللاعب من إتقانها فقط إذا استعمل الإرادة القوية. إلى جانب الطموح الشخصي هنالك الشعور بالمواطنة الذي يفرض على اللاعب التفاني في التدريب والمباريات والابتعاد عن الأنانية وكذلك العيش مع أفراد فريقه عيشه اجتماعية مثالية للوصول معا إلى الغاية والهدف المنشودين.

إن الوعي الجماعي بين أفراد الفريق والشعور بالمسؤولية هو أساس العمل الخططي الجيد لأنه عن طريق هذا الشعور يمكن استغلال الأداء المهاري واللياقة البدنية الموجودة لدى اللاعبين وإلى أقصى حد أثناء المباريات.

## ما الأشياء التي يجب معرفتها قبل اختيار خطة اللعب لمباراة ما؟

- 1- دراسة و تقدير وتقويم لقدرات الخططية لأفراد الفريقين المتبارين.
- 2- معرفة وتقويم للقدرات والإمكانات المهارية وعناصر اللياقة البدنية لأفراد الفريقين المتبارين.
- 3- مدى استيعاب اللاعبين لمواد القانون.
- 4- مناقشة أفراد الفريق للخطة الموضوعية وتأمين اللاعبين الأكفاء لإنجاحها، كذلك تقدير خطة الفريق المنافس وكيفية التغلب عليها، مع استعراض خطتين أو أكثر على أنها خطط بديله.
- 5- العوامل الخارجية ومدى تأثيرها على الخطة الموضوعية (الملعب - الأدوات - زمن المباراة - السفر - الإقامة والطعام - الراحة).
- 6- معرفة النواحي النفسية المؤثرة على اللاعبين (نوع المباراة - حبية - بطولة - حكم المباراة وردود فعله - الجمهور).

## أقسام (التكتيك) الأداء الخططي:

يقسم الأداء الخططي في كرة القدم الى ثلاثة اقسام رئيسة هي:

- 1- الأداء الخططي الهجومي.
- 2- الأداء الخططي الدفاعي.
- 3- الأداء الخططي للفريق.

## الأداء الخططي الهجومي:

وهو جميع الإجراءات التي يتخذها الفريق عندما تكون الكرة بحوزته، ويجب أن تخدم هذه الإجراءات التحضير للأهداف وإحرازها.

لم تبق الإجراءات الخططية الهجومية قاصرة هذه الأيام على لاعبي خط الهجوم والوسط فقط بل امتدت إلى لاعبي خط الدفاع الذين يضطرون بالإقامة إلى عملهم الرئيسي أي الدفاع عن المرمى وتشتيت الكرات، يضطرون نظرا لسرعة المباريات، أن يشاركوا في الهجوم ويحضرُوا للأهداف، ورغم أن الهجوم هو أفضل وسيلة للدفاع إلا أن الهدف وإصابة مرمى الفريق المنافس أصعب بكثير من عملية الدفاع وتشتيت الكرات وهذا ما تؤكد نتائج المباريات فأحراز الهدف يتطلب مهارة عالية ونوعية جيدة من اللاعبين وعلى الرغم من هذا نجد أن الفريق يفضل دوما ان يهاجم حتى يصبح زمام المبادرة في يده ولكن عليه في الوقت نفسه أن لا ينسى وضع الدفاع.

يقسم (التكتيك) الأداء الخططي الهجومي الى قسمين:-

أداء خططي هجومي فردي - أداء خططي هجومي جماعي

### 1- الأداء الخططي الهجومي الفردي:

نظرا لمتانة الدفاع في كرة القدم الحديثة فقد زاد الاهتمام مؤخرا برفع إمكانيات اللاعب الفردية الهجومية وتطويرها، هذه الإمكانيات التي تحتل المرتبة الاولى من شروط نجاح العمل الجماعي.

وسائط الأداء الخططي الهجومي الفردي:

1- قيادة الكرة ( الدريل ).

2- التصويب.

3- الخداع.

### أولا - قيادة الكرة او الجري بها (الدريل)

إن معظم الأهداف يتم تحضيرها عن طريق الجري الناجح بالكرة، واللاعب الذي يقود الكرة بشكل جيد يشكل خطرا كبيرا على خط دفاع الفريق المنافس، إلا أن كثرة استعمال قيادة الكرة من قبل أحد اللاعبين يمكن المدافعين من إيقافه ويؤدي في الوقت نفسه العمل الجماعي للفريق، وبالرغم من هذا نجد أنه لا بد من مكافحة خط الدفاع الثابت القوي بقيادة الكرة (الدريل) حيث تصبح قيادة الكرة مبدأ أساسيا وضرورة حتمية للاعبي خط الهجوم حتى يتمكنوا من اختراق الدفاع.

## الهدف من قيادة الكرة هو:

- 1- سحب اللاعب المنافس.
- 2- تخطي اللاعب المنافس.
- 3- التخلص من اللاعب المنافس والانفصال عنه.
- 4- الاحتفاظ بالكرة بين صفوف لاعبي الفريق.
- 5- خلق مساحات في الملعب.

## أما القيادة الناجحة للكرة فتتعلق:

- أ- بالسيطرة على الكرة أثناء الجري السريع بالإضافة إلى حركات الخداع وتغيير سرعة الجري.
- ب- بالثقة بالنفس والشجاعة.
- ت- يحقل الرؤية أي النظرة الكلية والشاملة للملعب.

وعلى اللاعب أثناء قيادة الكرة أن يمنع، اللاعب المنافس من الوصول إليها عن طريق تغطيتها وذلك بوضع الجسم بين الكرة واللاعب المنافس، فإذا هاجم اللاعب المنافس من اليسار قاد الكرة بالقدم اليمين وبالمشط الخارجي وهكذا، إن المسافة التي تفصل بين الكرة وقدم اللاعب لها علاقة بسرعة الجري من جهة وبعد اللاعب المنافس عن اللاعب من جهة أخرى.

ويفضل دائما الابتعاد عن قيادة الكرة داخل منطقة الجزاء التابعة للاعب أو بقربها، و تزداد نسبة قيادة الكرة كلما ابتعد اللاعب عن منطقة مرماه، كما تختلف إمكانية اللاعبين في قيادة الكرة تبعا للمراكز التي يشغلونها في الملعب حيث يمتاز الجناحان وساعدا الهجوم ثم وسط الدفاع عن بقية اللاعبين بمقدرتهم في قيادة الكرة.

## التدريب على قيادة الكرة :

يجب أن يحتوي التدريب على قيادة الكرة على النقاط التالية:

- 1- الانطلاقات السريعة بالكرة حتى 15م.
- 2- جري بالكرة بسرعة متزايدة لمسافة حتى 60 م.
- 3- الانتباه إلى تبديل السرعة أثناء قيادة الكرة.
- 4- تغيير الاتجاه أثناء قيادة الكرة.
- 5- حماية الكرة أثناء قيادتها.
- 6- التدريب على المراقبة أثناء قيادة الكرة.
- 7- إضافة حركات الخداع أثناء قيادة الكرة.

## تمارين على قيادة الكرة

### 1- قيادة الكرة في دائرة منتصف الملعب أو في منطقة المرمى.

يقود من 12 إلى 15 لاعبا كرتة داخل دائرة منتصف الملعب، بالسرعة العليا الانتباه إلى عدم التصادم، إلى تغطية الكرة، وإلى تبديل السرعة، وإلى أداء بعض حركات الخداع، وإلى الاستفادة من الفراغات، مدة التمرين 3 دقيقة - التكرار 3 مرات بينها راحة إيجابية مدتها 3 دقائق.

### 2- قيادة الكرة حسب الإشارة:

يقف المدرب أو يجري أمام المجموعة على مسافة 20 إلى 30م ثم يعطي الإشارة متفقا عليها مسبقا مع اللاعبين الذين يقومون بأداء متفق عليه بحسب الإشارة.

مثال:

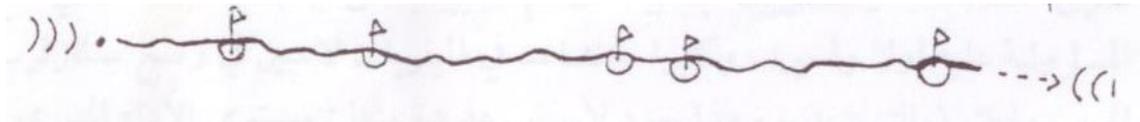
يرفع المدرب ذراعه إلى الأعلى	=	يقود اللاعبون الكرة باتجاهه
يشير المدرب إلى جهة معينة	=	يقود اللاعبون الكرة إلى الجهة التي يشير إليها المدرب
يحرك المدرب ذراعه بشكل دائري	=	يقود اللاعبون الكرة على شكل دائرة
يرفع المدرب ذراعه معا عاليا	=	يقود اللاعبون الكرة بسرعة
يخفض المدرب ذراعيه	=	يتوقف اللاعبون فجأة عن قيادة الكرة

3- لعبة (قلد القائد) يتخذ اللاعبون تشكيل التمرين السابق ثم يتوضع أحد اللاعبين أمام المجموعة بدلا من المدرب حيث يقوم بقيادة الكرة باتجاهات مختلفة، ثم بالتوقف بالكرة فجأة وبالانطلاق ثانية، ثم بإجراء حركة خداع الخ... ويقوم بقية اللاعبين بتقليده.

4- يقود لاعب الكرة ويهاجمه المنافس من الجانب، ثم يجري اللاعب بالكرة فيجري المنافس خلفه، يهاجم المنافس اللاعب من الجانب الأيسر فيقود اللاعب الكرة بالمشط الخارجي للقدم اليمنى يهاجم المنافس اللاعب من الجانب الأيمن فيقود اللاعب الكرة بالمشط الخارجي للقدم اليسرى وهكذا....

### 5- قيادة الكرة بين القوائم:

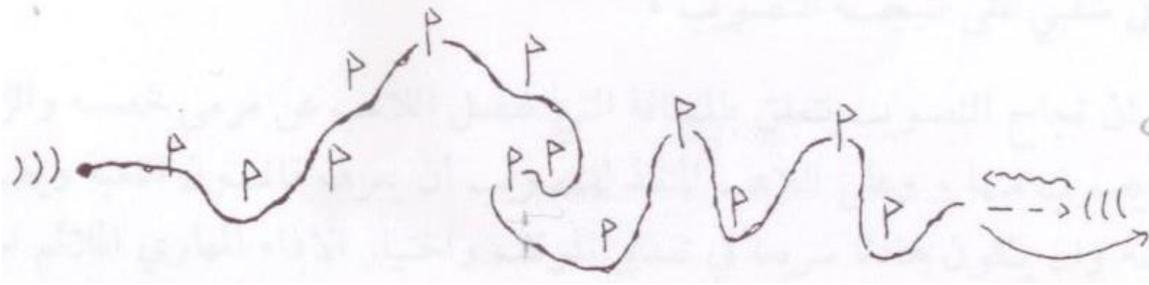
مختلفة الأبعاد فيما بينها، وذلك حتى يتعلم اللاعب السيطرة على الكرة أثناء قيادتها بسرعات مختلفة مع الدوران بالكرة حول كل قائم. كما الشكل (1)



6- قيادة الكرة مع تغيير الاتجاه:

يقود اللاعب الكرة بين القوائم مسيطرا عليها سيطرة تامة ويسرعة قصوى ودون أن يلمس القوائم. كما

الشكل (2)

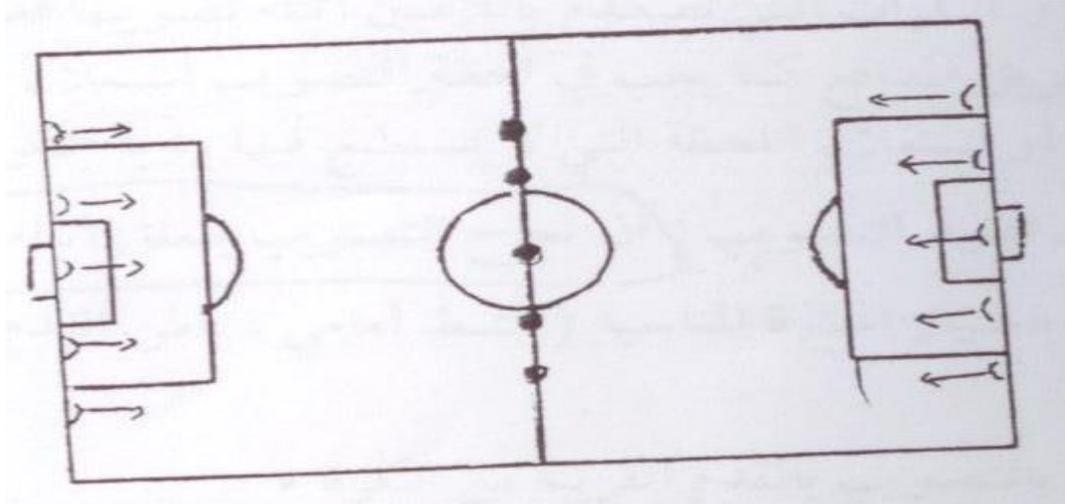


7- قيادة الكرة ضد منافس ايجابي:

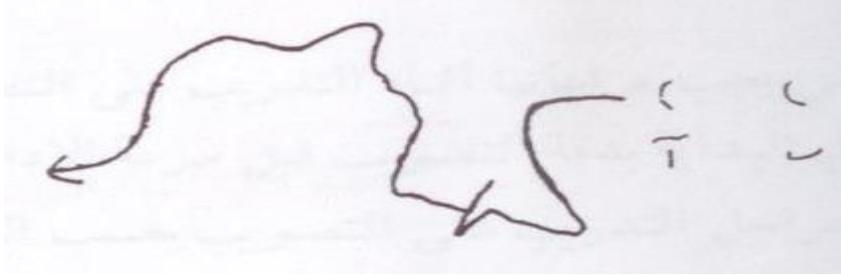
يقف اللاعب (أ) على خط المرمى والكرة معه، ويقف اللاعب المدافع (ب) مقابلة داخل الملعب، على اللاعب (أ) أن يقود الكرة حتى خط منتصف الملعب، يحاول اللاعب (ب) استخلاص الكرة منه فان استطاع استخلاصها أصبح اللاعب (أ) مدافعا و (ب) مهاجما.

8- قيادة الكرة ضد منافس ايجابي مع التصويب على المرمى:

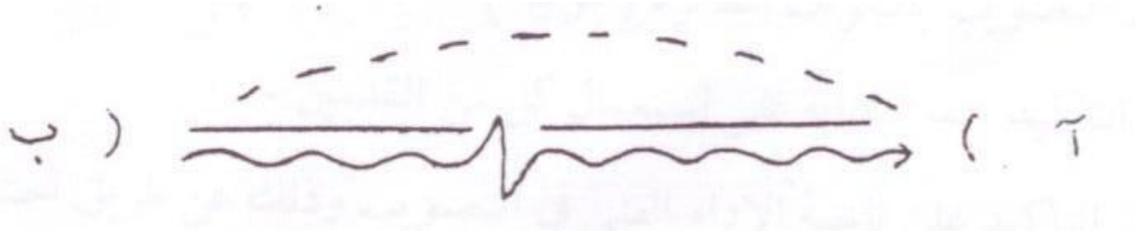
لدينا فريقان يتألف كل منهم من خمسة لاعبين يقفون متقابلين على خط المرمى، ولكل زوج منهم كرة محددة مسبقا توضع على خط منتصف الملعب، عند سماع صافرة المدرب ينطلق اللاعبون باتجاه كراتهم، واللاعب الذي يصل قبل منافسه إلى الكرة يقودها باتجاه مرمى منافسه، لا يسمح بالتصويب إلا من داخل منطقة الجزاء إذا استطاع المنافس اللحاق باللاعب واستخلاص الكرة منه فعليه العودة للتصويب على مرمى منافسه. كما الشكل (3)



9- يقود اللاعب (أ) كرتيه وينفذ حركات مختلفة أثناء قيادته للكرة (تغيير الاتجاه إيقاف، خداع الخ..). يقود اللاعب (ب) كرتيه أيضا خلف اللاعب (أ) وعلى بعد 2م ويقلد حركاته، يتم التبديل بعد مدة بين اللاعبين. كما الشكل (4).



10- يرمى اللاعب (أ) الكرة عالية للاعب (ب) ويتقدم باتجاهه، يكتم اللاعب (ب) الكرة ويقودها باتجاه اللاعب (أ) وينفذ حركة خداع على زميله ويتابع الجري باتجاه مكان اللاعب (أ) وهكذا يتبادل اللاعبان الأماكن ثم يبدآن تنفيذ التمرين من جديد. كما الشكل (5)



### ثانيا : التصويب على المرمى :

إن تتويج الهجوم على مرمى الفريق المنافس بالتصويب هو النتيجة المثالية والاحتمية للفرق المتقدمة، والتصويب إيجابيا كان أم سلبيا يتعلق باللاعب نفسه الذي تقع المسؤولية عليه أولا وأخيرا، وكثيرا ما تشاهد في المباريات لاعبين في وضع ممتاز قرب المرمى يخطئون بالتصويب، وهذا يعود لأسباب عديدة منها: مستوى الأداء المهاري، الأداء الخططي، اللياقة البدنية والعوامل النفسية.

ونتائج التصويب الإيجابية أثناء التدريب أعلى وأفضل بكثير عنها في المباريات لأن الجهد النفسي والعصبي الذي يتعرض له اللاعبون أثناء المباريات ينعكس تأثيره بشكل سلبي على نتيجة التصويب.

إن نجاح التصويب يتعلق بالمسافة التي تفصل اللاعب عن مرمى المنافس والزاوية التي يصوب منها، وعلى اللاعب المنفذ للتصويب أن يعرف قانون اللعبة ويعرف منافسه وأن يكون هادئا سريعا في تقدير الموقف واختيار الأداء سريعا خاطفا دون سابق إنذار حتى لا يتمكن المنافس أو حارس المرمى من اتخاذ الوضع الدفاعي الملائم لوضع التصويب، وأن لا يظهر حركة التصويب بل يجب أن يكون الأداء سريعا خاطفا دون سابق إنذار حتى لا

يتمكن المنافس أو حارس المرمى من اتخاذ الوضع الدفاعي الملائم، والتصويب المؤثر الفعال هو التصويب الحاد المفاجئ المباشر والأرضي والمصحوب بحركة خداع.

إن التصويب على المرمى يتطلب من اللاعب أن يتخذ قرار، وهذا القرار يجب أن يتم بلحظات واعتبار من الثانية، بنتيجة قراره يتقرر مصير المباراة أحيانا، والقاعدة الخطئية المتعلقة بالتصويب عليه أن يفوت هذه الفرصة ولا يتأخر ولا يتكأ بل عليه أن يقدر الموقف ويتصرف بأقصى سرعة.

### العوامل المؤثرة على نتائج التصويب :

أ- مكان اللاعب: إن التصويب البعيد ومن زوايا ضيقة وضد مرمى مغشى نتيجته سلبيه وخططيا خطأ.

ب- لحظة التصويب: في هذه اللحظة يجب أن يكون مسار الكرة خاليا أمام المصوب لان الكرات التي تصطدم باللاعبين أثناء تصويبها قد تؤدي إلى هجوم مضاد من قبل الفريق المدافع كما يجب في لحظة التي لا يستطيع فيها رؤية الكرة ومفاجأته.

ث- تنفيذ التصويب: إن نجاح التصويب يتعلق أثناء التنفيذ بما يلي:

1- باختيار المهارة المناسبة (مشط أمامي، باطن القدم، مشط خارجي ... الخ).

2- بالتصويب بالقدم القريبة من الكرة.

بعدم إظهار التحضير للتصويب حتى لا يتمكن الحارس والمدافعون من أخذ احتياطاتهم، (وعلىنا ألا ننسى استغلال نقاط الضعف عند حارس المرمى).

### بعض من التدريبات:

بعض النقاط التي يجب مراعاتها أثناء التدريب على التصويب:

1- الاهتمام في البداية بدقة التصويب قبل سرعة الأداء.

2- أن تكون مراحل التدريب على التصويب حسب التسلسل التالي:

أ- التصويب بالكرات الثابتة.

ب- التصويب بالكرات المتدرجة.

ت- التصويب بالكرات المرتظمة.

ث- التصويب بالكرات الطائرة (فولية).

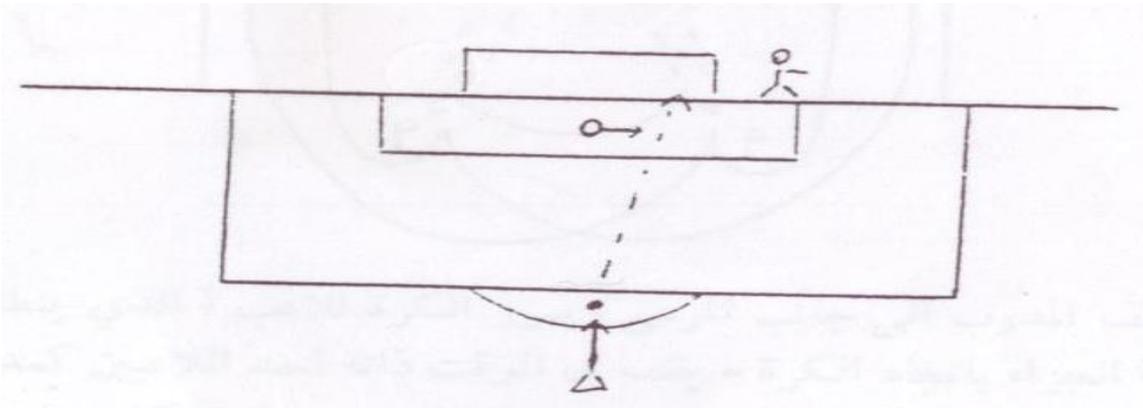
3- التأكيد منذ البداية على استعمال كلا من القدمين.

4- التأكيد على ناحية الأداء الفني في التصويب وذلك عن طريق اختيار تمارين ذات تكرار متعدد بمدة قصيرة وذلك باستعمال الأدوات المساعدة كالشباك وجدران التصويب.

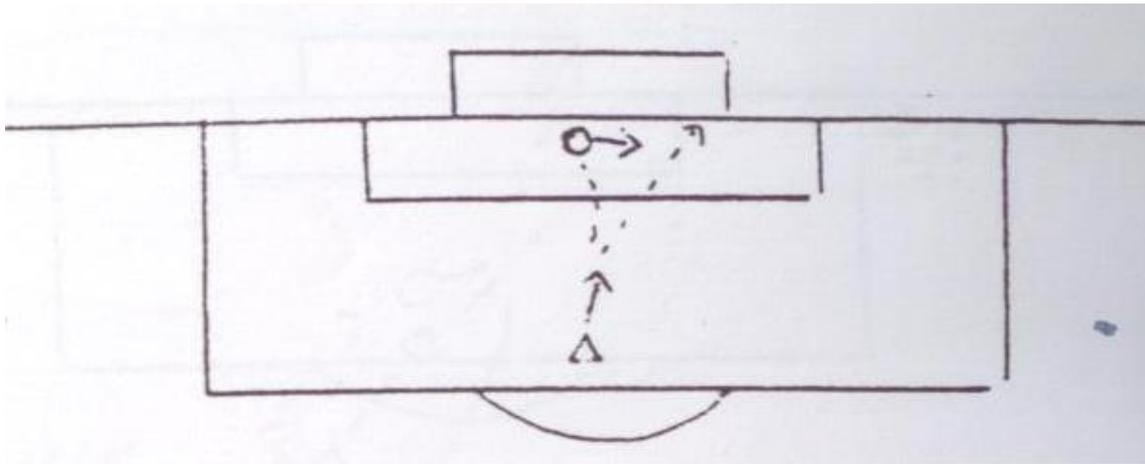
- 5- التدريب على التصويب تحت ظروف مشابهة لظروف المباراة وذلك بإجراء تمارين ذات حمل عال (مثال):  
التصويب مع منافس إيجابي، التصويب بعد الوثب، التصويب بعد انطلاقات متعددة).
- 6- التدريب على التصويب بحسب مراكز اللاعبين.

### تمارين :

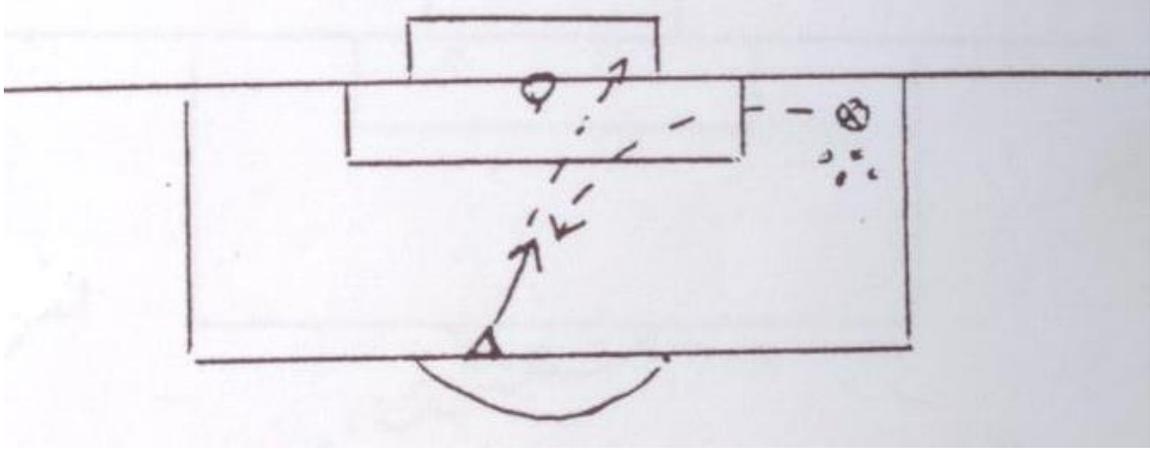
- 1- يصوب اللاعب الكرة الثابتة على خط منطقة الجزاء إلى إحدى زوايا المرمى وحسب إشارة المدرب. كما الشكل (1).



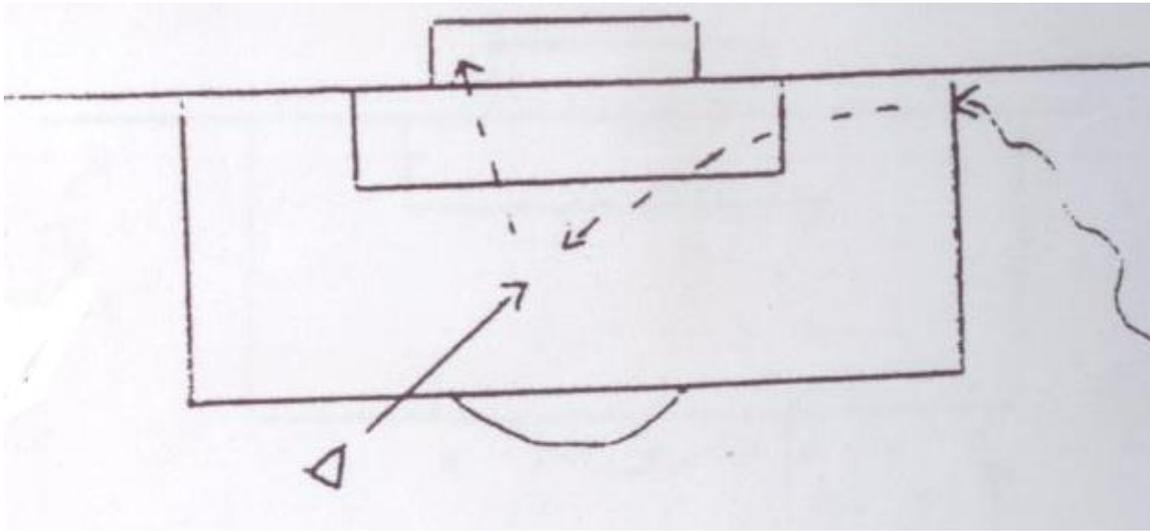
- 2- يرمى حارس المرمى أو يدحرج الكرة اللاعب الذي يقف داخل منطقة الجزاء، يتقدم اللاعب باتجاه الكرة ليصوبها مباشرة إما برأسه أو قدمه. كما الشكل (2).



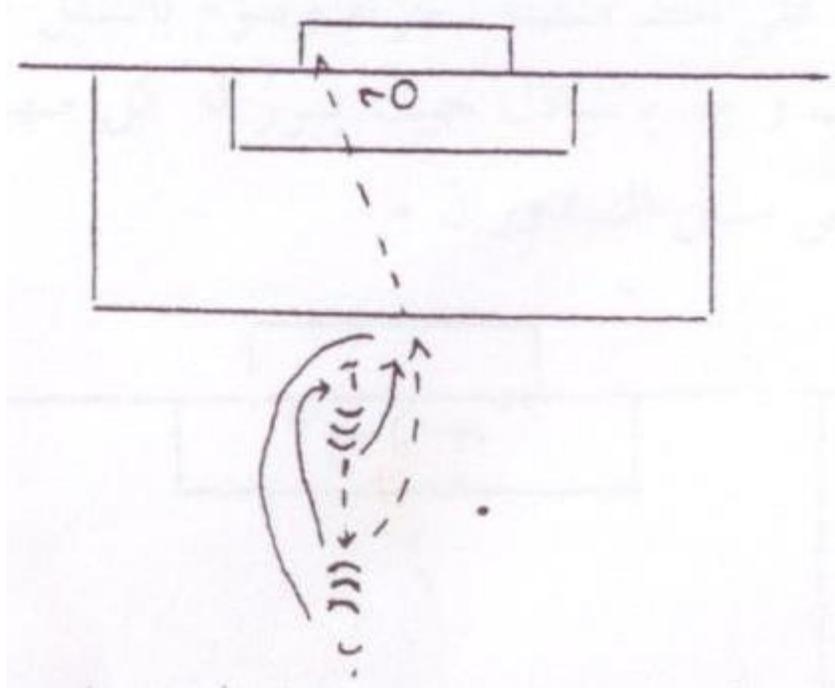
3- يقف المدرب داخل منطقة الجزاء إلى جانب المرمى ويقوم برمي الكرة للاعب الذي يتقدم باتجاهها ويصوبها برأسه على المرمى من نقطة قريبه من نقطة الجزاء، لا يحق لحارس المرمى أن يخرج من مرماه إلا بعد أن تخرج الكرة من يد المدرب، ويمكن أن ينفذ هذا التمرين بتصويب الكرة بالقدم على أن يقف اللاعب المصوب قبل تمرير الكرة إليه من قبل المدرب خارج منطقة الجزاء. كما الشكل (3).



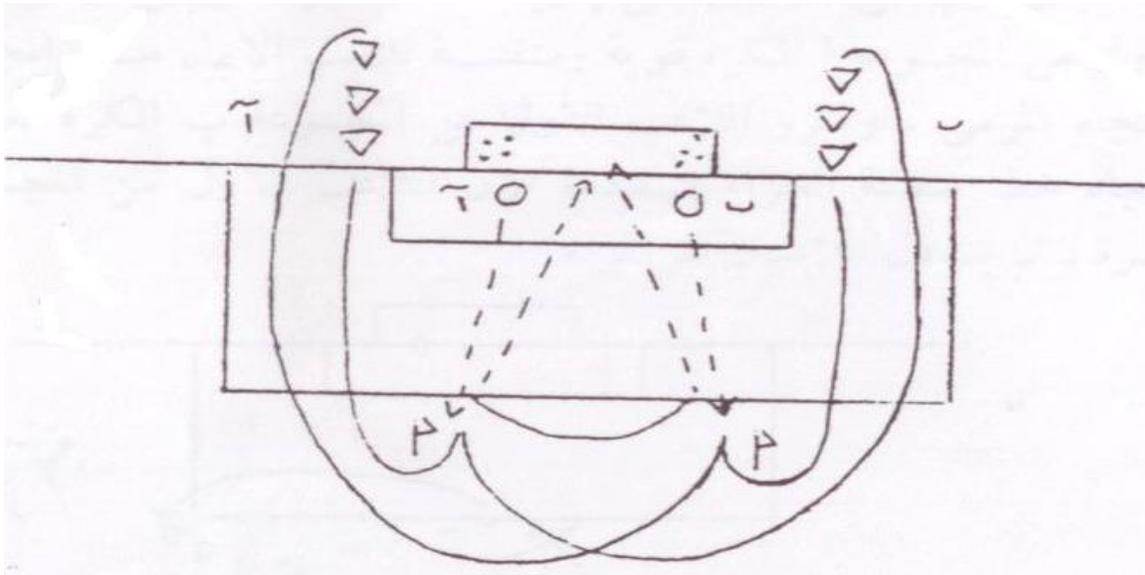
4- يقود اللاعب (أ) الكرة حتى خط المرمى تقريبا ثم يمررها لزميله (ب) الذي ينطلق من خارج منطقة الجزاء باتجاهها ليصوبها على المرمى مباشرة. كما الشكل (4).



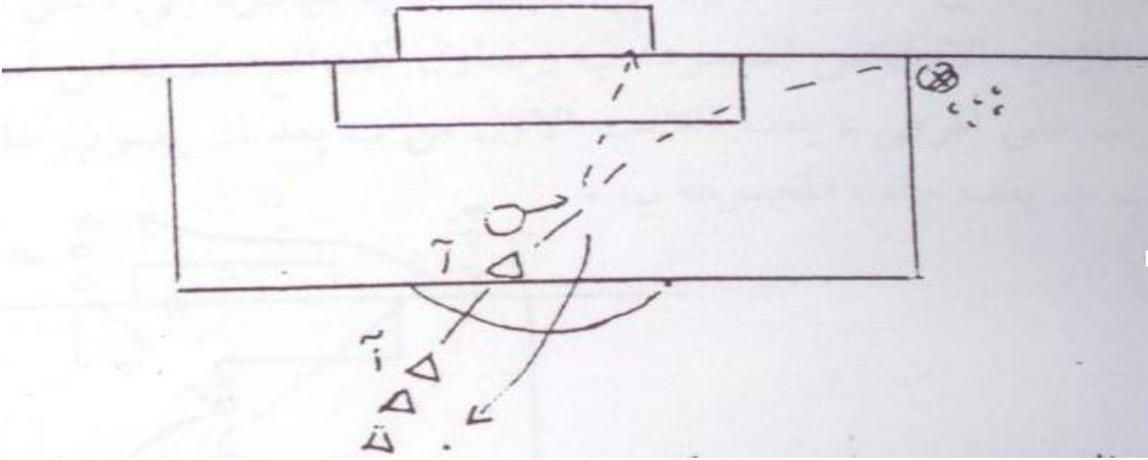
5- يقف اللاعبون في قطارين متقابلين، يمرر اللاعب الأول من القطر (أ) الكرة للاعب المقابل في القطر (ب) الذي يقوم بدوره بتمريرها باتجاه منطقة الجزاء، في هذه اللحظة يستدير اللاعب (أ) للخلف وينطلق باتجاه الكرة ليصوبها مباشرة على المرمى. كما الشكل (5).



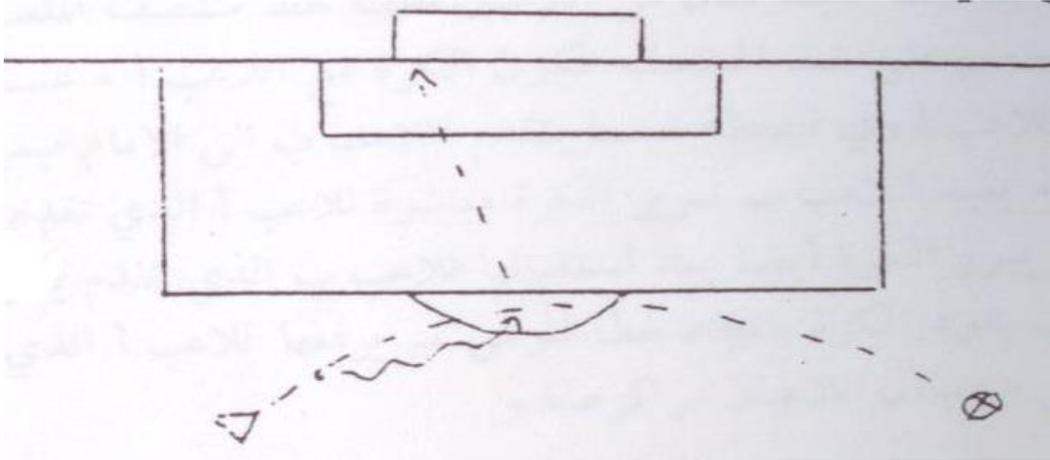
6- يقف اللاعبون في مجموعتين وراء خط المرمى إلى يمين ويسار المرمى وعلى مسافة 15م منه، يقوم الحارسان (أ) و(ب) بتمرير الكرة كلا باتجاه قائم موضوع على خط منطقة الجزاء، ينطلق اللاعب الأول من كل مجموعة ليقوم بالتصويب على المرمى بعد الدوران حول قائم مباشرة ثم ينطلق ليقف خلف المجموعة الثانية وهكذا. كما الشكل (6).



7- يقف المدرب إلى جانب المرمى ويمرر الكرة للاعب (أ) الذي ينطلق من خارج منطقة الجزاء باتجاه الكرة، يقف في الوقت ذاته أحد اللاعبين كمدافع قرب منطقة الجزاء ويحاول في بداية التمرير إرباك اللاعب (أ) بشكل سلبي عند قيامه بالتصويب ثم يصبح هذا المدافع إيجابيا في نهاية التمرين محاولا منع المهاجم من التصويب على المرمى. كما الشكل (7).

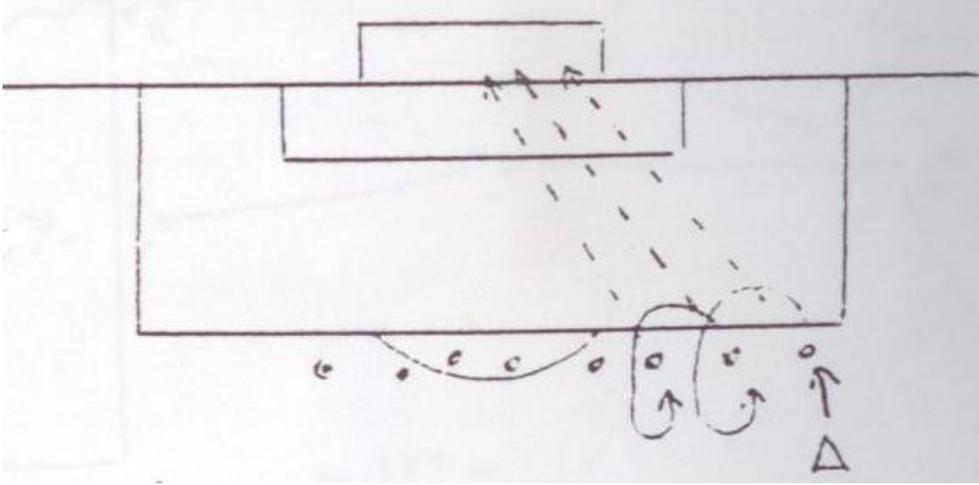


8- التصويب بعد سحب الكرة:  
يمرر المدرب الكرة عالية للاعب الذي يقف خارج منطقة الجزاء، يسحب اللاعب الكرة إما برأسه أو صدره ثم يقودها إلى خط منطقة الجزاء ويصوبها على مرمى بعد السيطرة عليها. كما الشكل (8).



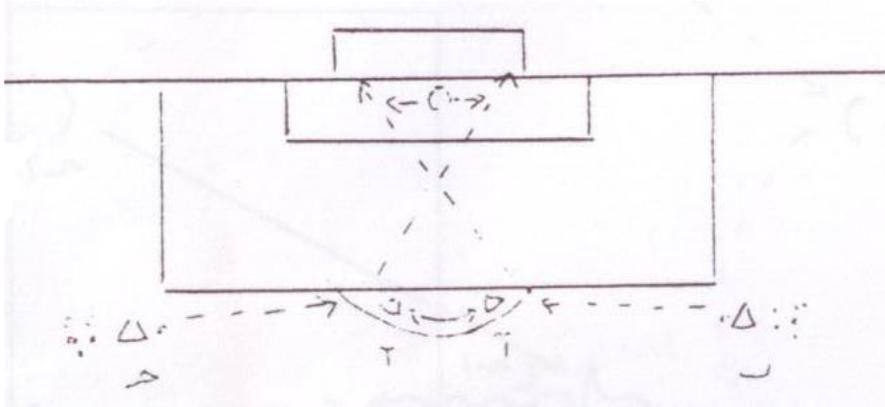
9- التصويب بكرات متعددة:

توضع على خط منطقة الجزاء عشرة كرات، يقوم اللاعب بتصويب الكرات على المرمى بسرعة وإتقان الواحدة تلو الأخرى. كما الشكل (9).



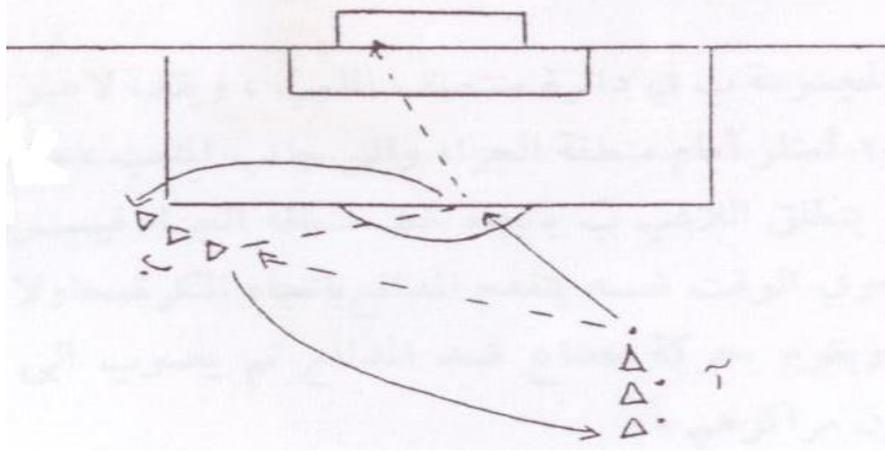
10 - التصويب من الحركة والدوران باستخدام كرات متعددة:

يقف اللاعب (أ) على خط منطقة الجزاء ويقوم بالتنقل بسرعة ودون توقف باتجاه كل من اللاعبين (ب) و(ج) بالتبادل حيث يمرر له كل منهما الكرة بدوره ليقوم هو بتصويبها على المرمى من الدوران. كما الشكل (10).

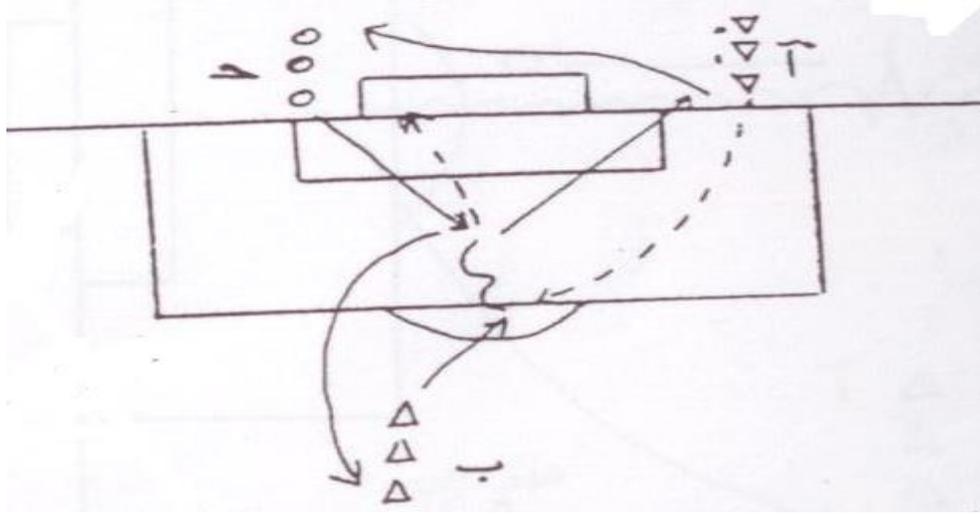


11- تقف المجموعة (أ) من اللاعبين على بعد 35م عن المرمى ومع كل واحد منهم كرة وتقف

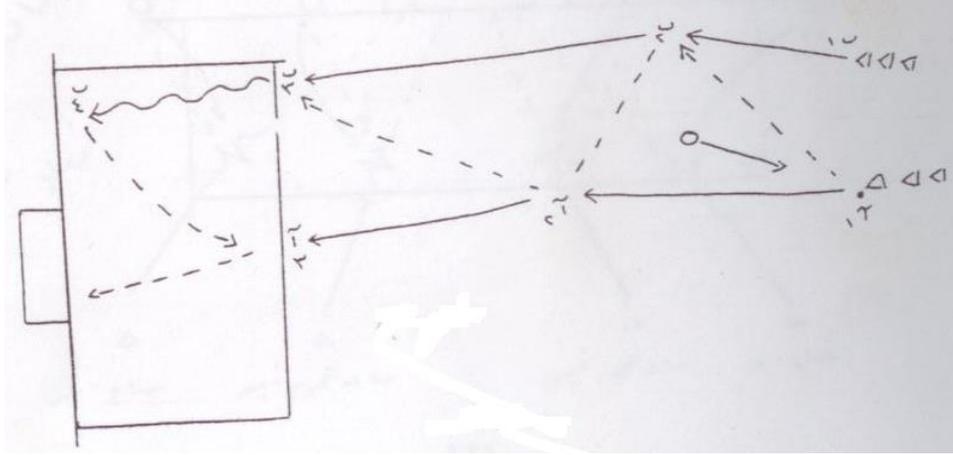
المجموعة (ب) من اللاعبين على زاوية منطقة الجزاء اليمنى واليسرى، يمرر اللاعب الأول من المجموعة (أ) الكرة قوية ومتقنة للاعب الأول من المجموعة (ب) وينطلق باتجاه المرمى، ويمرر اللاعب الأول من المجموعة (ب) الكرة بعد استلامها مباشرة باتجاه خط منطقة الجزاء يصوبها الآن اللاعب الأول من المجموعة (أ) على المرمى مباشرة، ثم يتبادل اللاعبان المراكز. كما الشكل (11).



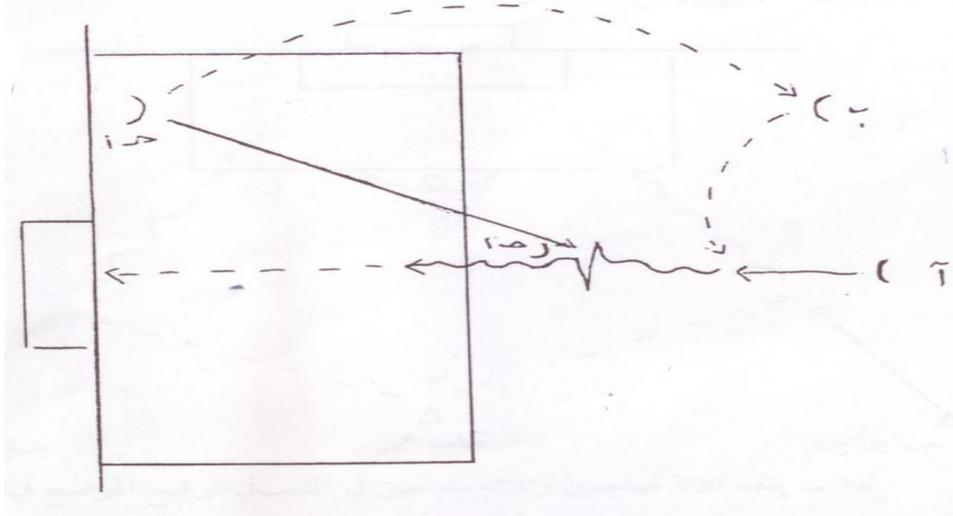
12- يقف اللاعبون في ثلاثة مجموعات (أ- ب- ج) اللاعب الأول من المجموعة (أ) يمرر الكرة نصف طائرة للاعب الأول من المجموعة (ب) وينتقل مباشرة إلى خلف المجموعة (ج) ينطلق اللاعب الأول من المجموعة (ج) مباشرة إلى داخل منطقة الجزاء وباتجاه اللاعب الأول من المجموعة (ب) ويحاول كمدافع منعه من استقبال الكرة والتصويب على المرمى، يقف اللاعب الأول من المجموعة (ب) بعد أن يصوب خلف المجموعة (أ) واللاعب (ج) يقف خلف المجموعة (ب). كما الشكل (12).



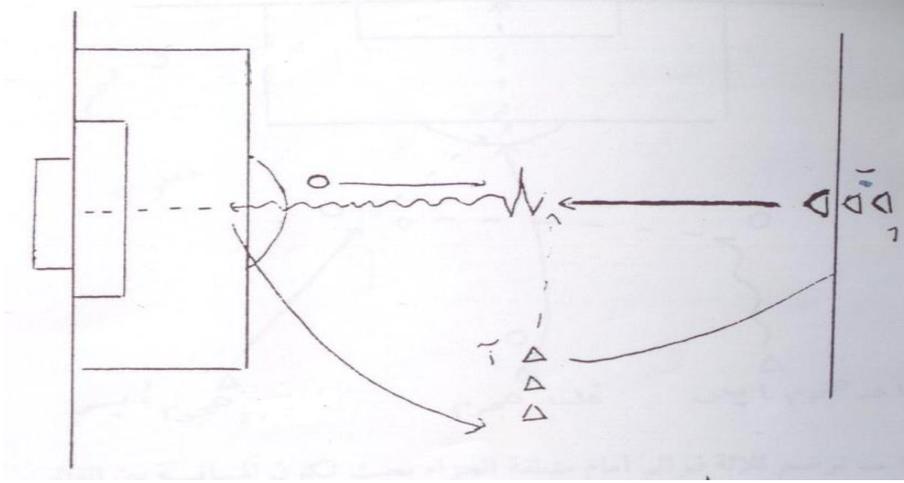
13- تقف مجموعتان من اللاعبين خلف خط منتصف الملعب مباشرة بأمطار، ويقف المنافس على خط المنتصف تكون الكرة مع اللاعب (أ)، عند إشارة ما يهاجم المنافس اللاعب (أ) وفي اللحظة نفسها يتقدم اللاعب (ب) إلى الأمام فيمرر اللاعب (أ) الكرة باتجاهه، يعيد اللاعب (ب) تمرير الكرة مباشرة للاعب (أ) الذي تقدم إلى خلف المنافس اللاعب (أ) يمرر الكرة أيضا بعد استقبالها للاعب (ب) الذي تقدم باتجاه خط المرمى، اللاعب (ب) يقود الكرة باتجاه خط المرمى ثم يرفعها للاعب (أ) الذي يصوبها مباشرة على المرمى، يتبادل اللاعبان مراكزهما. كما الشكل (13).



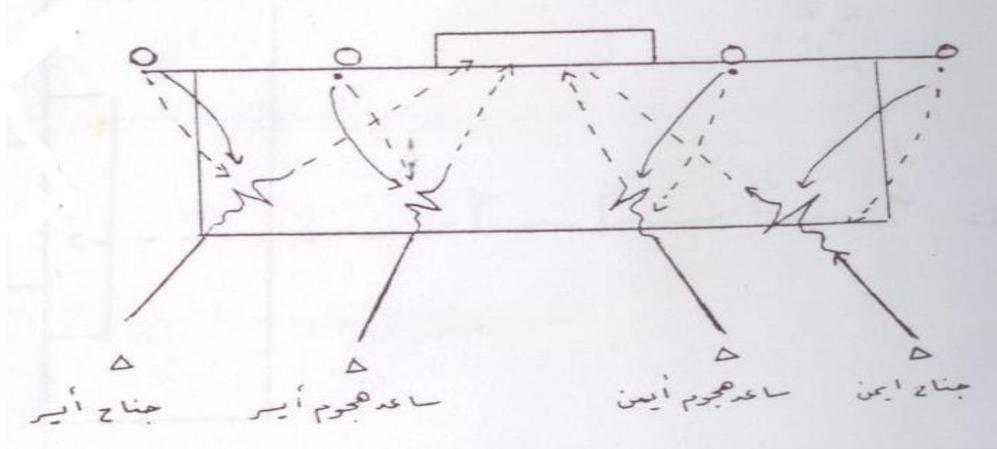
14- يمرر اللاعب (ج) الكرة من قرب خط المرمى إلى اللاعب (ب) الذي يلعبها مباشرة للاعب (أ) المنطلق إلى الأمام، يندفع اللاعب (ج) الآن باتجاه (أ) لمنعه من التصويب يقود (أ) الكرة باتجاه المرمى ويقوم بحركة خداع ضد (ج)، ثم يصوب مباشرة بعد حركة الخداع. كما الشكل (14).



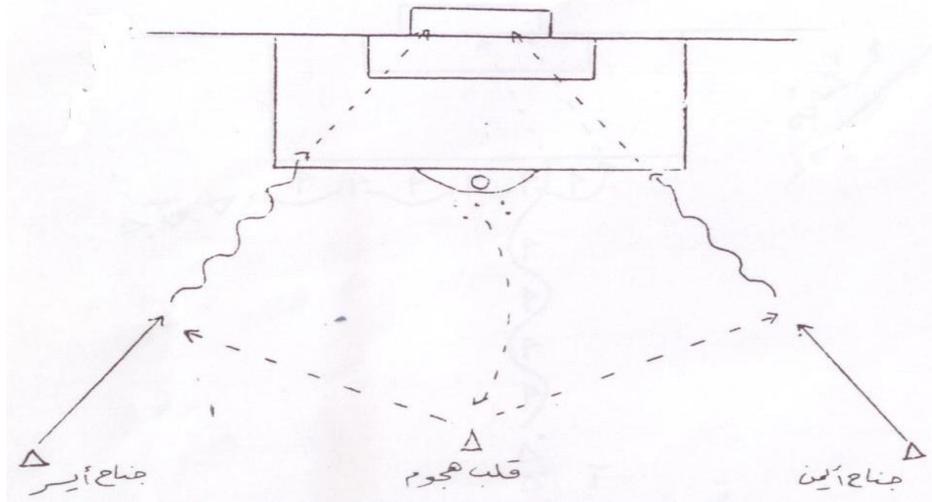
15- يقف لاعبو المجموعة (ب) في دائرة منتصف الملعب، ويقف لاعبو المجموعة (أ) مع الكرات على بعد 10 أمتار أمام منطقة الجزاء فيمرر في هذه الأثناء اللاعب (أ) الكرة له وفي الوقت نفسه يتقدم المدافع باتجاه الكرة محاولاً قطعها، يقود اللاعب (ب) الكرة ويقوم بحركة خداع ضد المدافع ثم يصوب على المرمى، يتبادل اللاعبون المهاجمون مراكزهم. كما الشكل (15).



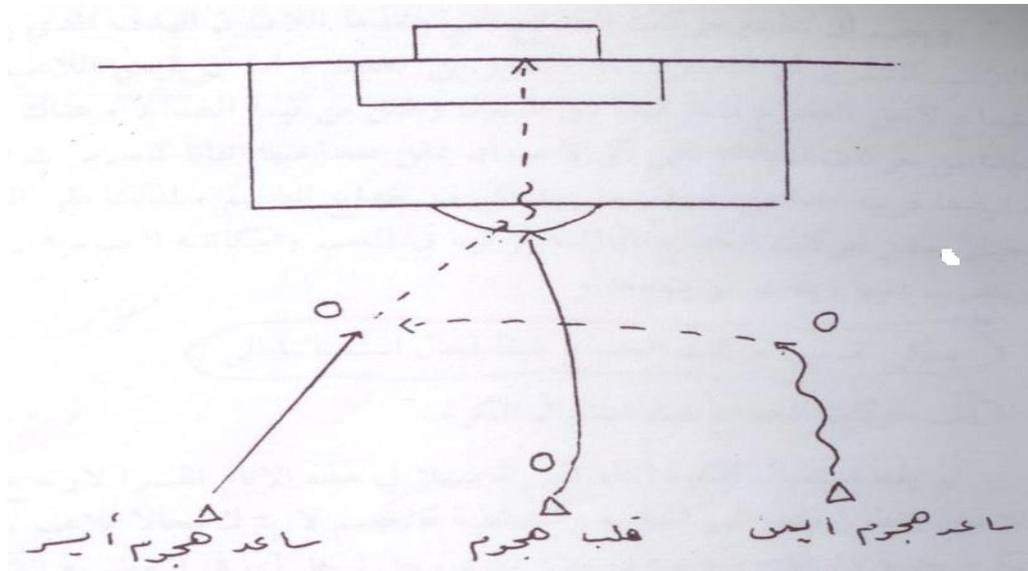
16- يقف اللاعبون المدافعون مع كراتهم على خط المرمى ويقف اللاعبون المهاجمون مقابلهم وعلى بعد 35م من المرمى وفي مراكزهم يمرر كل من المدافعين الكرة للمهاجم المواجه له ثم ينطلق باتجاهه يقود كل من المهاجمين كرته ويصوبها على المرمى بعد أن يجتاز منافسه بعد حركة خداع. كما الشكل (16).



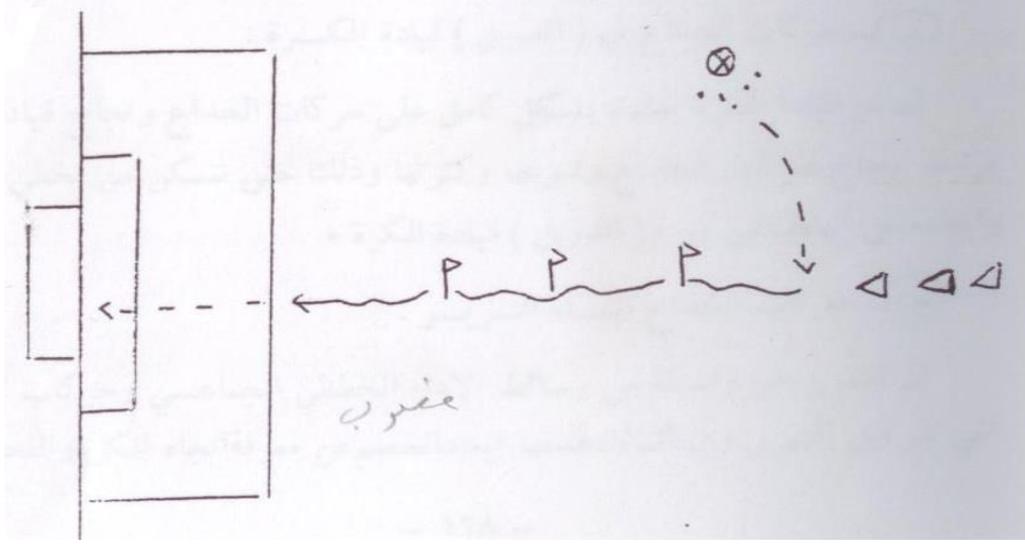
17- يرفع قلب الدفاع الكرات الثابتة من أمام خط الجزاء لقلب الهجوم الذي يستقبلها بصدرة ثم يمررها للجناح الأيمن المندفع من خلف خط منتصف الملعب الذي يستقبل الكرة ويقودها حتى خط الجزاء ثم يصوبها مباشرة على المرمى، الكرة الثانية تكون من نصيب الجناح الأيسر. كما الشكل (17).



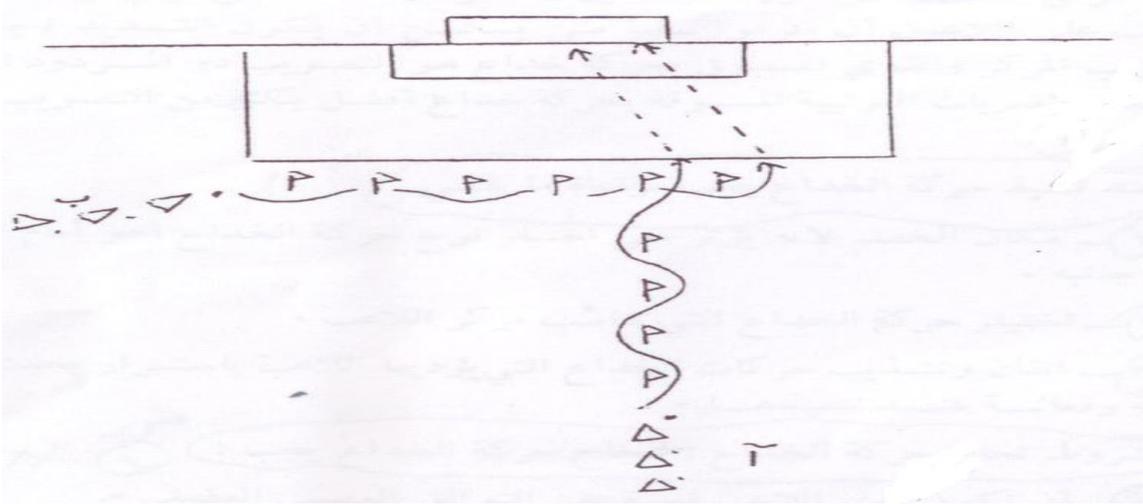
18- يقف ثلاثة مهاجمين وثلاثة مدافعين في الملعب في الوضع الموضح في الشكل التالي وتكون الكرة مع مساعد الهجوم الأيمن الذي يقودها باتجاه المدافع (أ)، في هذه اللحظة يتجه زميله الجناح الأيسر نحوه فيمرر له مساعد الهجوم الأيمن في الوقت الذي يندفع فيه قلب الهجوم إلى الأمام ويتحرر من منافسه ثم يستقبل الكرة التي لعبها الجناح الأيسر ليصوبها على المرمى. كما الشكل (18).



19- توضع ثلاثة قوائم أمام منطقة الجزاء بحيث تكون المسافة بين القوائم والقائم 4م وبحيث يبعد القائم الأول عن المرمى 20م يقف اللاعبون مقابل القوائم وعلى بعد 35م من المرمى، يرمى المدرب الكرة الى اللاعب الذي يستقبلها ويقودها بسرعة بين القوائم ثم يصوب على المرمى. كما الشكل (19).



20-توضع مجموعتان من القوائم إحداها عمودية على خط منطقة الجزاء والأخرى موازية له، يقود اللاعب الأول من المجموعة (أ) الكرة بين القوائم العمودية ثم ينفذ التصويب من الدوران، وفي الوقت نفسه يقود اللاعب الأول من المجموعة (ب) الكرة بين القوائم الموازية وينفذ أيضا التصويب من الدوران، يتبادل بعد ذلك اللاعبان مراكزهما كما الشكل (20).



### 3- الخداع:

إن كرة القدم الحديثة لا تعتمد على الدقة في اللعب الجماعي والسرعة في الأداء فقط إنما تعتمد أيضا على حركات الخداع التي يؤديها اللاعبون في الملعب بين حين وآخر والتي أصبحت عنصرا أساسيا وضروريا للاعب كرة القدم المتطور، إن الخداع في المباراة هو كالمح في الطعام وبدونه تفقد كرة القدم نكهتها وجمالها فحركة خداع غير متوقعة أثناء المباراة ضد منافس ما تحرك الجماهير وتطربها.

ويجب أن تخدم حركات الخداع التي ينفذها اللاعبون الهدف الذي يرمي إليه اللاعب كالتمرير أو التصويب أو التحرر من المنافس، إما أن يؤدي اللاعب حركة خداع لأجل الخداع فقط فهذا غير مقبول ويقلل من قيمة الخداع، هناك عدد كبير جدا من حركات الخداع على كل لاعب أن يتقن عددا منها اتقانا كاملا بحيث تظهر عند تنفيذها قريبة جدا من الواقع حتى يتمكن من خداع المنافس، لذلك على اللاعب أن يختار بعض حركات الخداع الملائمة لمركزه في الملعب وإمكاناته الجسدية والعقلية ويتدرب عليها ويتقنها ثم ينفذها.

يمكن تقسيم حركات الخداع طبقا لمجال استعمالها إلى:

#### أ - حركات الخداع عند استقبال الكرة:

لم يعد استقبال الكرة أثناء المباراة سهلا في هذه الأيام نظرا لارتفاع لياقة اللاعبين البدنية وتطور قدراتهم المهارية والخطية فالمنافس لا يترك مجالا للاعب لاستقبال الكرة بحرية وارتياح وخاصة في حالة دفاع رجل لرجل أي في التغطية الشديدة، لذلك فإن حركة الخداع هنا ضرورية جدا أثناء امتصاص الكرة أو كتمها أو سحبها لأنها تعطي اللاعب فرصة أو برهة زمنية هو بحاجة ماسة لها أثناء استقبال الكرة بالإضافة إلى كسب للمكان، إما أداء حركة خداع أثناء استقبال الكرة بدون منافس فهذا مضيعة للوقت لمجرى اللعب وسلامته.

#### ب- حركات الخداع في (الدريل) قيادة الكرة:

إن فن قيادة الكرة يعتمد بشكل كامل على حركات الخداع ونجاح قيادة الكرة يرتبط بنجاح حركات الخداع وتنوعها وكثرتها وذلك حتى تتمكن من تخطي المنافس وإبعاده عن الهدف من وراء (الدريل) قيادة الكرة.

#### ت- حركات الخداع أثناء التمرير:

إن التمرير هو واسطة من وسائط الأداء الخطي الجماعي وحركات الخداع التي تتم قبل التمرير وفي أثناءه، هدفها إبعاد المنافس عن معرفة اتجاه الكرة واللحظة التي يتم فيها التمرير وذلك بنقل انتباه المنافس قبل التمرير إلى شيئا آخر عن طريق تنفيذ حركة خداع مناسبة.

#### د- حركات الخداع أثناء التصويب على المرمى:

ليس صحيحا أن نتائج التصويب القوي والقريب من المرمى إيجابية دائما لأن حراس المرمى يمكنهم أن يقدروا اتجاه طيران الكرة واللحظة التي سيتم فيها التصويب لذا يجب على اللاعبين أن يعرفوا تماما متى يمكن أن يكون التصويب ناجحا، فالتصويب المركز والقوي المسبوق بحركة خداع هو التصويب ذو المردود الجيد واستخدام الضربات اللولبية المسبوقة بحركة خداع أفضل بكثير من التصويب القوي الطائش.

#### عند تنفيذ حركة خداع يجب مراعاة ما يلي:

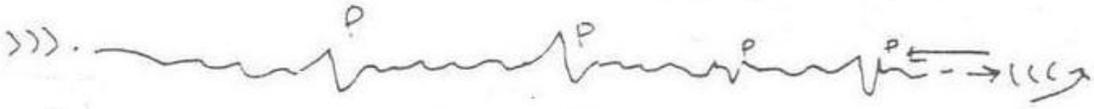
- ث- مكان المنافس لأنه يؤثر على اختيار نوع حركة الخداع هل هو أمام اللاعب أم إلى جانبه؟
- ج- اختيار حركة خداع التي تناسب مع مركز اللاعب.
- ح- إتقان حركات الخداع التي يؤديها اللاعب باستمرار بحيث تصبح سهلة وفعالة عند تنفيذها.

#### شروط نجاح حركة الخداع: لنجاح حركة الخداع يجب:

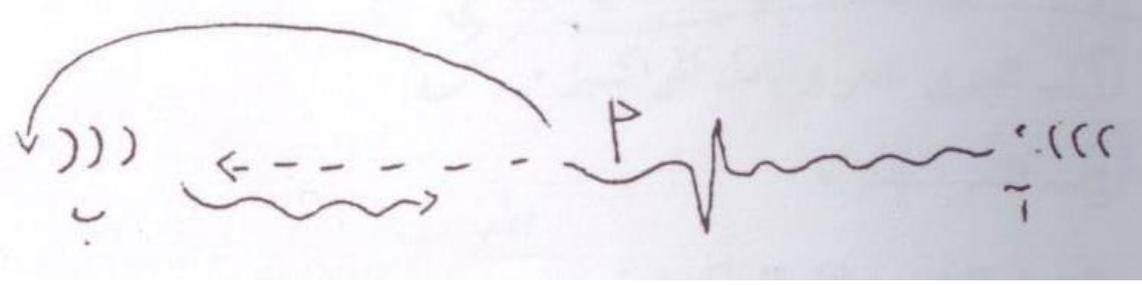
- أ- أن يكون لدى اللاعب قدرة على التوافق العصبي العضلي.
- ب- أن يكون مركز ثقل الجسم قريبا من الأرض أثناء أداء حركة الخداع.
- ت- أن يكون الاختيار مناسباً (الخطوة المناسبة) لأداء حركة الخداع.

#### تمارين على الخداع :

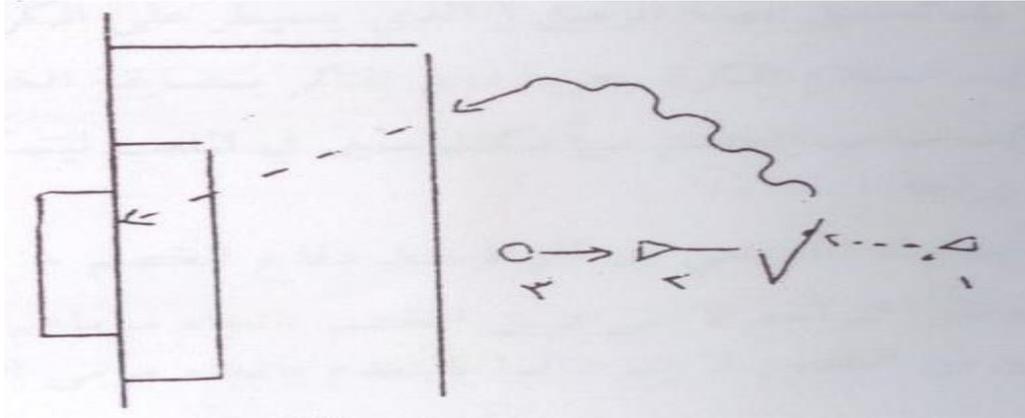
- 1- يقود اللاعب الكرة وينفذ أمام كل قائم حركة خداع معينة يحدد نوعها المدرب قبل بداية التمرين. كما في الشكل (1).



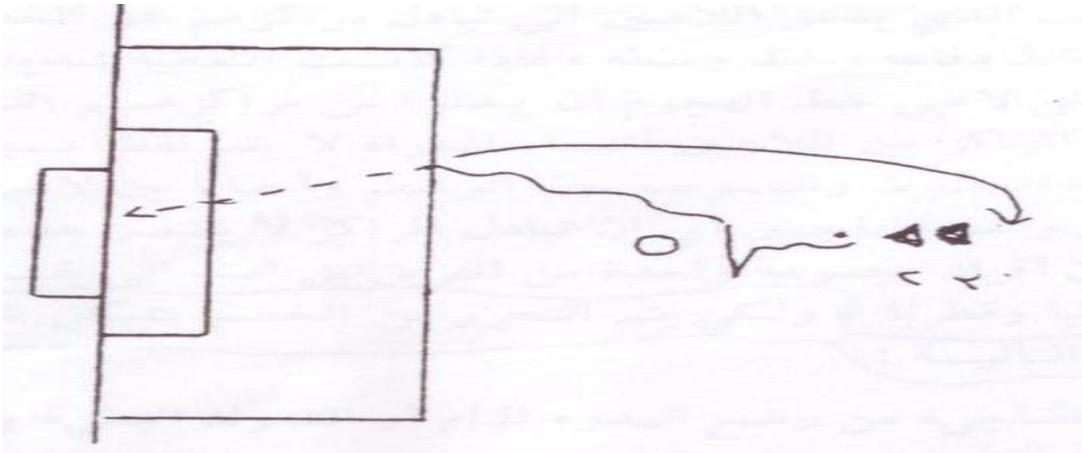
- 2- يقود اللاعب (أ) الكرة ويقود اللاعب (ب) أيضا كرة خلف (أ) وعلى مسافة 10م منه، وظيفة اللاعب (ب) ملاحقة اللاعب (أ) وتقليده في حركات الخداع والجري وتغير الاتجاه.
- 3- يقف اللاعبون في مجموعتين متقابلين وعلى مسافة حوالي 30م وبحيث يوضع في منتصف المسافة قائم، يقود لاعب من المجموعة (أ) الكرة وينفذ حركة خداع محددة مسبقا على القائم ثم يمرر الكرة للاعب الأول في مجموعة (ب) ويجري ليقف خلف المجموعة (ب)، ينفذ اللاعب الأول في المجموعة (ب) التمرين نفسه و بالاتجاه المعاكس، وهكذا. كما في الشكل (2).



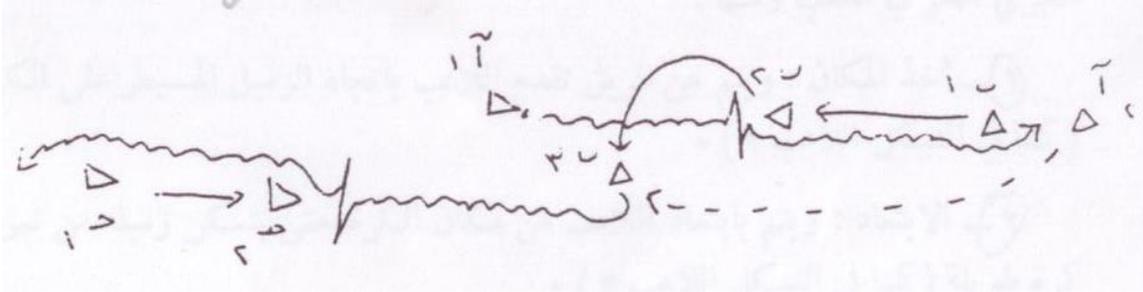
4- يقف اللاعبون كما في الشكل التالي: اللاعب (1) مواجه للاعبين (2 و3)، يمرر اللاعب (1) الكرة إلى الأمام باتجاه اللاعب (2) يجري باتجاه ويجري في الوقت نفسه اللاعب (3) خلفه كمنافس، ينفذ اللاعب (3) حركة خداع بالطعن إلى اليمين ثم يسحب الكرة إلى اليسار ويقف ليقود الكرة ثم يصوب على المرمى. كما في الشكل (4).



5- يقود اللاعب (2) الكرة ثم يقوم بحركة خداع ضد المدافع السلبي (1) الذي يتحول بعد أن يجتازه (2) إلى مدافع إيجابي يتابع اللاعب (2) ليصوب على المرمى. كما في الشكل (5).



6- يقف اللاعبان (ب،ج) متقابلين بينهما في الوسط اللاعب (أ) ومعه الكرة، يقود اللاعب (أ) الكرة باتجاه اللاعب (ب) الذي يتحرك باتجاهه، يقوم اللاعب (أ) بحركة خداع على (ب) ويتابع كلا اللاعبين ليتبادلا المراكز، يمرر اللاعب (أ) الكرة للاعب (ب) الذي أصبح الآن في الوسط، يدور اللاعب (ب) إلى الخلف و يتقدم باتجاه (ج) لينفذ معه التمرين نفسه، وهكذا. كما في الشكل (6).



#### الأداء الخططي الهجومي الجماعي (تكتيك):

إن تنفيذ وتطوير الهجوم يعتمد على العمل الجماعي، لذا يجب أن تخدم التصرفات الفردية للاعبين في أثناء المباراة هذا العمل الجماعي.

#### الأداء الخططي الهجومي الجماعي:

إن المبدأ الأساسي للهجوم هو التفوق العددي للاعبين الهجوم على لاعبي خط دفاع المنافس، كذلك السعي لإنجاز أوضاع وتهيئة حالات جيدة يتحقق منها هدف الهجوم في طرق مرمى المنافس.

#### وسائط الأداء الخططي الهجومي:

1- الجري الحر وتبادل المراكز.

2- التمرير.

الجري الحر وتبادل المراكز:

إن كلمة الجري الحر في الملعب تعني:

التخلص أو الانفصال أو الانفكاك عن المنافس الملازم وهذا يعني من حيث المبدأ أنه يجب على جميع أفراد الفريق عندما تصبح الكرة في حوزة أحدهم أن يحرروا أنفسهم من مراقبة المنافس بالابتعاد عنه (هناك تحفظ بسيط بالنسبة للاعبى خط الدفاع) والهدف من الجري الحر هو:-

- 1- تسهيل مهمة الزميل (الذي يسيطر على الكرة) عندما يريد تمريرها.
- 2- استلام الكرة بحرية دون التأثير بمضايقة المنافس.
- 3- سحب المنافس من مكان معين في الملعب ليتمكن زميل آخر من استلام الكرة بالراحة.
- 4- بث الفوضى بين أفراد خط دفاع المنافس.

ونظرا لتراجع لاعبي فريق المنافس باتجاه مرماهم عندما تكون مع الفريق الآخر فالتحرر من المنافس لا يتم دائما بالتقدم باتجاه مرمى المنافس إنما بعودة بعض لاعبي خط الهجوم إلى الخلف وذلك بسبب ضيق المكان من جهة ولفسح المجال أمام اللاعب الذي يسيطر على الكرة بالتقدم بها أو بالتصرف بشكل سليم من جهة أخرى.

إن أخذ المكان المناسب في الملعب وتبادل المراكز بين اللاعبين أثناء المباراة لهما الهدف نفسه والسبب الذي يدعو اللاعبين إلى تبادل مراكزهم هو المنافس وخصوصا طريقة تحرك لاعبي خط دفاعه وخط وسطه، فإذا كانت التغطية شديدة أي دفاع رجل لرجل فيجب على لاعبي خط الهجوم أن يبدلوا من مراكزهم أثناء المباراة باستمرار، وتبادل المراكز بين اللاعبين أثناء المباراة لا يتم فقط بين لاعبي خط الدفاع أو بين أحد المدافعين وأحد المهاجمين أي أن تبادل المراكز لا يقتصر هذه الأيام على التبادل العرضي وبين أفراد مجموعته واحده من الفريق بل امتد إلى بقية الخطوط وأصبح التبادل طوليا وقطريا، ولكي يتم التحرر من المنافس بشكل ناجح يتبع اللاعبون الأساليب التالية:

- 1- الانطلاق المفاجئ من وضع الهدوء التام أو التحرك البطئ.
- 2- الانطلاق بعد حركة خداع.
- 3- تحرك اللاعب باستمرار في الملعب أي الجري المستمر لاستغلال تراجع لياقة المنافس البدنية مما يفقده تركيزه.

## أشكال الجري الحر في الملعب:

يقوم اللاعبون أثناء المباراة بتصرفات خطية معينة تتبين من خلالها أشكال الجري الحر في الملعب ومنها:

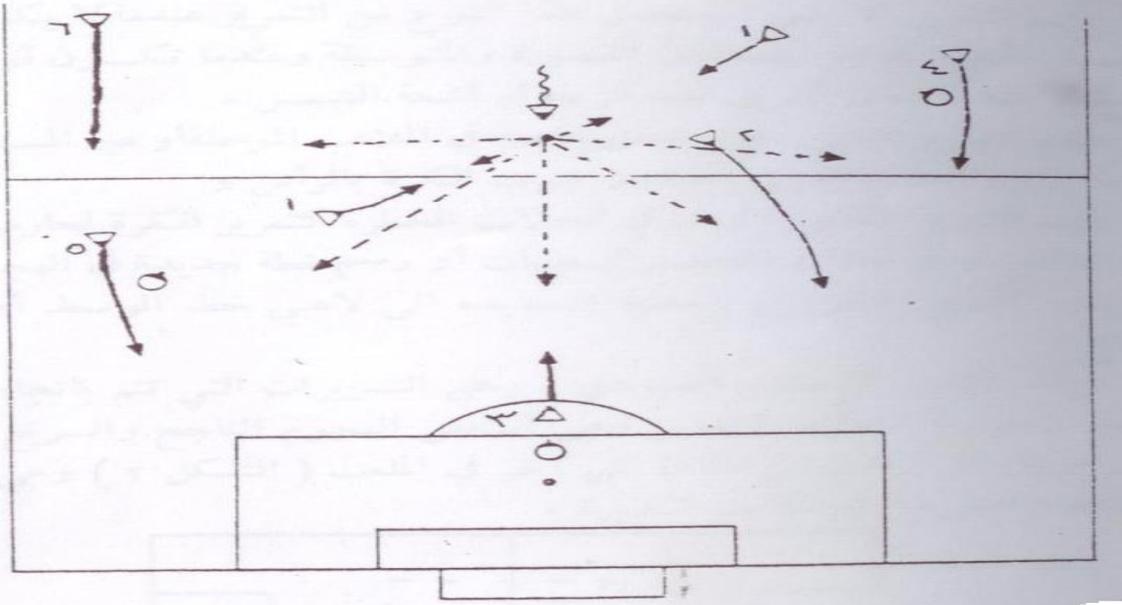
1- أخذ المكان: ويتم عن طريق تقدم اللاعب باتجاه الزميل المسيطر على الكرة (كما في الشكل اللاعب 1).

2- الابتعاد: ويتم بابتعاد اللاعب عن مكان الكرة حتى يتمكن زميله من تمرير كرة طويلة (كما في الشكل اللاعب 2).

3- الانطلاق للخلف: ويتم عندما يحرر فجأة أحد المهاجمين المتقدمين نفسه من منافسه ليتمكن من استلام الكرة (كما في الشكل اللاعب 3).

4- تخطي المنافس: ويتم خاصة عند تنفيذ الهجوم المضاد وبتجاه العمق (كما في الشكل اللاعب 4 و5).

5- الجري مع اتجاه الهجمة: ويتم من قبل لاعبي الدفاع أو وسط الدفاع وذلك ليزيد عدد المشتركين في الهجوم (كما في الشكل اللاعب 6).



## التمرير

التمرير هو ركل مركز الكرة باتجاه الزميل وهو في الوقت الذي يعتبر عنصرا من عناصر الأداء المهاري الصعبة (تكتيك) يكون أساسا للأداء الخططي الهجومي (تكتيك) لأن التمرير الصحيح يعد ركلة رئيسية لفوز الفريق.

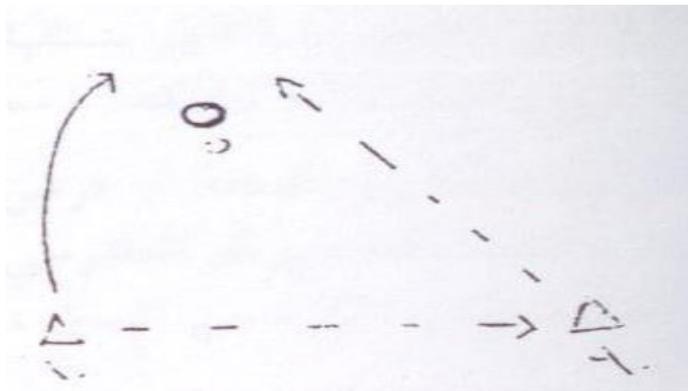
ونتيجة لرصد عدد كبير من مباريات كرة القدم وإجراء مقارنة مع ألعاب الكرات الأخرى تبين أن نسبة التمرير الخاطئ بين لاعبي كرة القدم تزيد كثيرا عن نسبة التمرير الخاطئ بين لاعبي كرة السلة وكرة اليد وهذا ناتج عن صعوبة تمرير الكرة بالقدم إذ تصل نسبة التمرير الخاطئ وسطيا الى 60 % مما يشكل دليلا حسيا على صعوبة التحكم بالكرة بالقدم.

### أنواع التمرير :

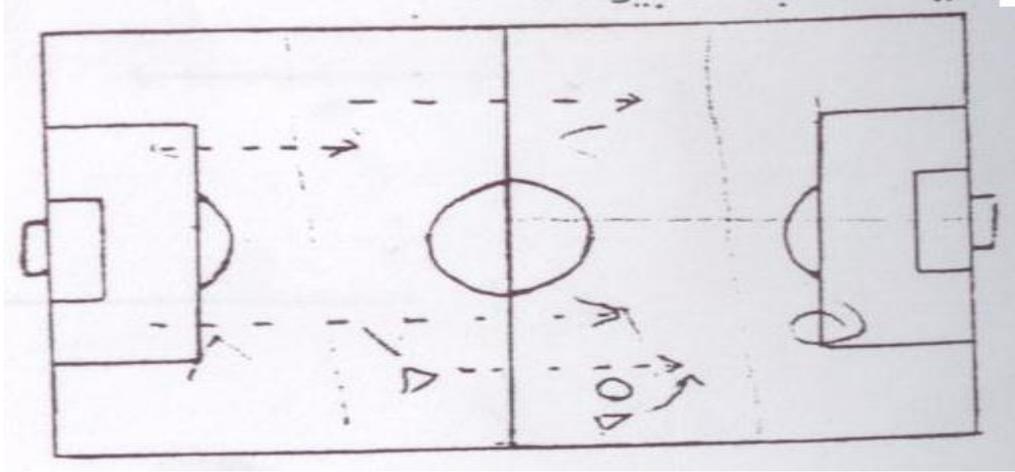
1- التمرير القصير (حتى 10م): ويستعمل في اللعب الجماعي المركب والسريع وعند التغطية الشديدة وقرب منطقة جزاء المنافس، والتمريرات القصيرة هي أساس لعبة (الواحد اثنين)، إلا أن استعمالها بكثرة طوال مدة المباراة تعتبر خطأ إذ يمكن قطعها بسهولة من قبل المنافس، كذلك لا يستفيد الفريق أثناء استعمالها في قطع مساحات كبيرة من الملعب.

2- التمرير الطويل (فوق ال 20 م): ويستعمل لكسب مساحات كبيرة من الملعب: وكذلك عندما يكون المنافس مشددا الهجوم، وفي ركلات المرمى وفي الهجوم المضاد، غير أن التمريرات الطويلة ليست دقيقة ويمكن أن يقطعها المنافس بسهولة ويفضل استعمالها بعد استخدام عدة تمريرات قصيرة..

3- التمرير العرضي : وهي التمريرات التي تتم بعرض الملعب ومهمتها وضع المنافس في أوضاع دفاعية جديدة ومفاجئة، كذلك لتخفيف من سرعة المنافس أو لكسب الوقت إلا أن استعمالها بكثرة وفي أماكن غير ملائمة خطأ لأنها قد تتسبب عند قطعها في هجوم مضاد من قبل المنافس وهي تستعمل في الركلات الركنية أو في الرفعات من قبل الجناحين أو في التمريرات المركبة البسيطة (كما في الشكل 1).



- 4- التمرير الأرضي: يستعمل هذا النوع من التمرير عندما لا يكون المنافس في مسار الكرة كذلك للمسافات القصيرة والمتوسطة وعندما تكون أرض الملعب جيدة أو عندما يلعب الفريق ضد الريح أو أشعة الشمس.
- 5- التمرير العالي: ويستعمل خاصة في الملاعب الموحلة أو غير مستوية وكذلك عندما يكون أعضاء الفريق يجيدون ضرب الكرة بالرأس.
- 6- التمرير الخلفي: ويتم في الحالات الخطرة كتمرير الكرة لحارس المرمى من قبل المدافع أو في حالات التحضير للهجمات أو رسم خطة جديدة في الهجوم وذلك بأن يمرر المهاجم الكرة في التغطية الشديدة الى لاعبي خط الوسط أو بعد ركلة البداية.
- 7- التمرير المستقيم العمودي: وهي التمريرات التي تتم باتجاه خط مرمى المنافس وموازية لخطوط التماس وهي أساس الهجوم الناجح والسريع وبواسطتها ينتقل مركز ثقل اللعب من مكان إلى آخر في الملعب (شكل 2) وهي تستعمل في الهجوم السريع وفي الملاعب الكبيرة.



- 8- التمرير القطري : وهي التمريرات التي تتم بشكل قطري وباتجاه خط مرمى المنافس وخصوصا عند التبديل والتغير في جهة الهجوم، مثال: عند تمرير ساعد الهجوم الأيمن للكرة الى الجناح الأيسر أو عند تمرير لاعب خط الوسط الأيمن للكرة لساعد الهجوم الأيسر.

بعض الملاحظات الأساسية التي يجب مراعاتها أثناء التدريب على الأداء الخططي الجماعي:

- 1- أن يكون التدريب على الأداء الخططي الجماعي متناسبا مع الامكانيات الجسدية والمهارات الفنية للاعب.
- 2- أن يتم التركيز على دقة الأداء قبل سرعة الأداء في بداية التدريب.
- 3- أن يبدأ بالتدريب على التمريرات القصيرة قبل الطويلة.

## مراحل تدريب الأداء الخططي الهجومي الجماعي (تكتيك):

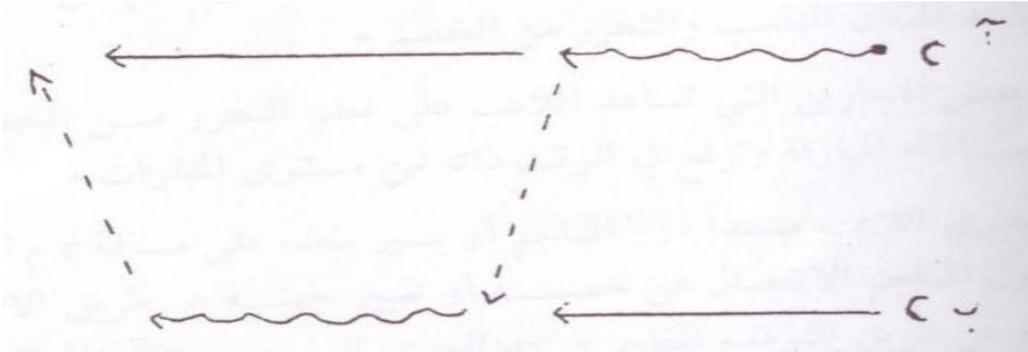
- 1- أداء تمارين مركبة بدون تبادل للمراكز بين لاعبين أو أكثر.
- 2- أداء تمارين مركبة مع تبادل المراكز بين لاعبين أو أكثر.
- 3- أداء تمارين على الجري الحر والتغطية 3 ضد 1 , 4 ضد 2 , 2 ضد 1 , 3 ضد 2 الخ.... .
- 4- أداء تمارين مركبة قريبة من واقع المباراة.
- 5- أداء تمارين تعكس الأداء النموذجي لواقع المباراة.
- 6- اللعب على مرمى واحد.
- 7- اللعب على ملعب صغير.
- 8- مباراة تدريبية.

## نماذج التمارين على وسائط الأداء الخططي الهجومي الجماعي:

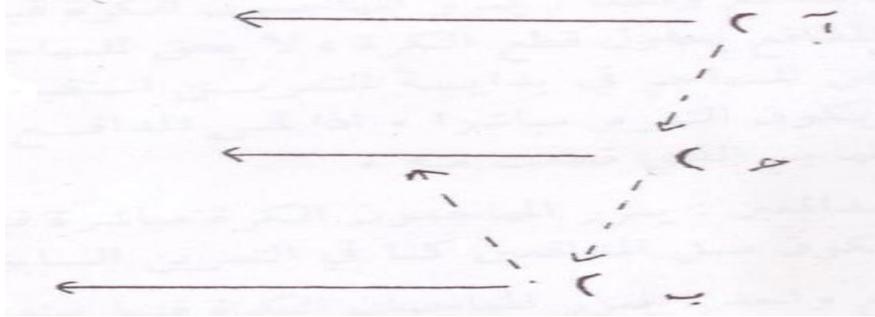
### أ- التدريب على التمرير:

- 1- يقود اللاعب (أ) الكرة بينما يجري زميله اللاعب (ب) على مسافة (5م) إلى جانبه يمرر اللاعب (أ) الكرة إلى اللاعب (ب) الذي يستقبلها دون أن يغير من سرعته ويقودها ثم يمررها باتجاه مسار اللاعب (أ) وهكذا....

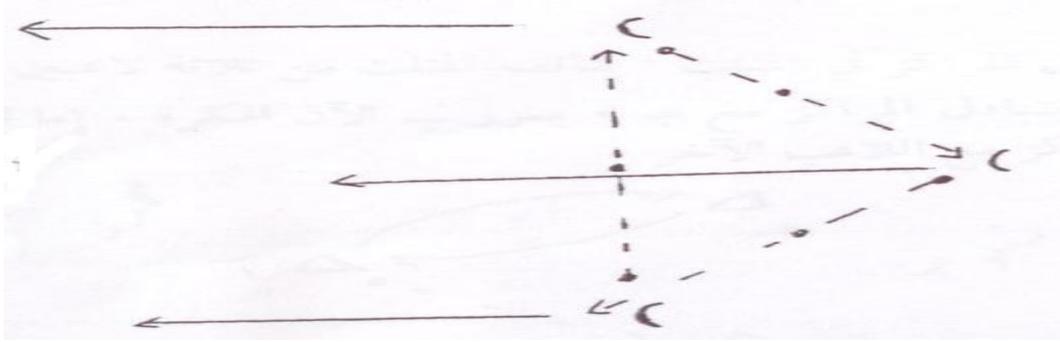
يمكن تطوير هذا التمرين عن طريق إضافة أو فرض أنواع معينة من المهارات أثناء التنفيذ كتمرير الكرة بالمشط الداخلي أو الخارجي أو باطن القدم أو استخدام القدم اليسرى في التمرير عندما تصل الكرة من اليمين، أو وضع عوائق في مسار الكرة بين اللاعبين. كما في الشكل (1).



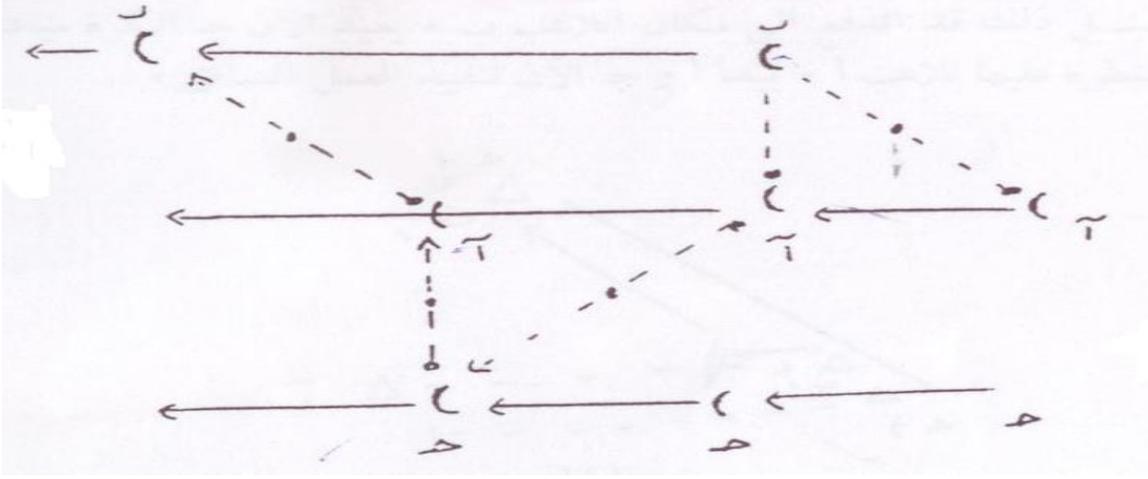
2- يمرر ثلاثة لاعبين الكرة بعضهم إلى بعض كل بعد استقبالها، يطور التمرين بعد إتقانه بحيث يصبح التمرير مباشرا، لاعب الوسط (ج) يمرر الكرة تارة ل (أ) وتارة ل (ب). كما في الشكل (2).



3- المثلث المغلق: يوضع ثلاثة لاعبين في الملعب بحيث يشكلون مثلثا ويقومون بتمرير الكرة فيما بينهم من الجري ولا بد أن نلاحظ هنا أن المحافظة على شكل المثلث في حالة الجري ليست سهله لذا وعندما يكون رأس المثلث في الخلف تقع مسؤولية المحافظة على شكله على اللاعب المتأخر، أما عندما يكون الرأس في المقدمة فتقع المسؤولية على اللاعبين اللذين يشكلان القاعدة، أن تمرير الكرة يجب أن يتم باتجاه واحد ويكون التمرير إما مباشرا أو بعد استقبال الكرة والسيطرة عليها. كما في الشكل (3).



4- المثلث المفتوح: يشكل اللاعبون (أ , ب , ج)، مثلثا يمرر (أ) الكرة قطريه إلى اللاعب (ب) الذي يجري ورائها ويمررها عرضة إلى (أ) الذي يمررها الآن قطرية باتجاه مكان جري اللاعب (ج) الذي يمررها بدوره عرضية إلى (أ) وهكذا... كما في الشكل (4).



### ب- التدريب على الجري الحر وأخذ المكان المناسب :

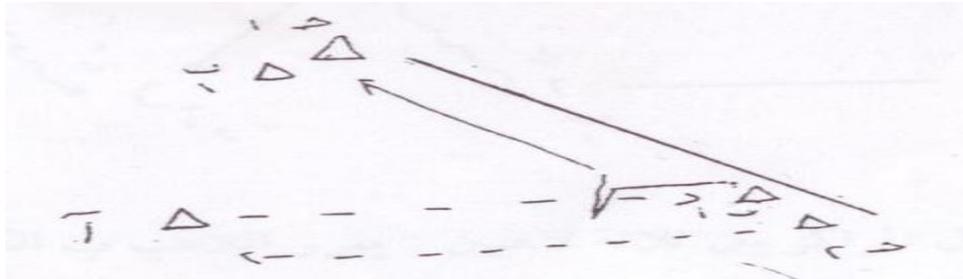
إن الخطأ الكبير الذي يقع به لاعبو الهجوم هو الوقوف السلبي في الملعب أحيانا ومراقبة اللعب عندما تكون الكرة مع أحد زملائهم دون أن يحاولوا أخذ المكان المناسب أو يتحرروا من منافسيهم، والسبب في ذلك يعود إما في ضعف لياقتهم البدنية أو لعادة سيئة اكتسبوها من قبل ويجري تلافي السبب الأول عن طريق رفع لياقة اللاعبين البدنية، أما السبب الثاني فيجري تلافيه بأن يقوم المدرب بتنبيه لاعبيه وتحذيرهم أثناء التدريب والمباريات التجريبية وبشكل دائم إلى هذا الخطأ بتذكيرهم بأخذ المكان المناسب والتحرر من المنافس، هناك بعض التمارين التي تساعد اللاعب على تعلم التحرر من المنافس وأخذ المكان المناسب أثناء المباراة وترفع في الوقت ذاته من مستوى المهارات:

- 1- يجري اللاعب متخذاً دور المهاجم أو يسير ببطء على مسافة (2م) أمام لاعب مدافع، يحاول المهاجم الانفصال عن منافسه أو تغيير جهته عن طريق الانطلاق المفاجئ، أو عن طريق التوقف المفاجئ بعد الجري السريع، وظيفته المدافع مراقبة المهاجم والبقاء خلفه وقريبا منه دائما.
- 2- يقف مهاجم مقابل المدافع والمسافة بينهما من (1.5 م إلى 2م)، يحاول المهاجم الانفصال عن منافسه عن طريق القيام بحركات خداع معينه بجذعه.
- 3- ثلاثة مهاجمين ضد مدافع واحد: يمرر المهاجمون الكرة فيما بينهم على ملعب حدوده (16م) \* في بداية التمرين استقبال الكرة قبل تمريرها، في النهاية يجب أن يكون التمرين مباشرا، إذا لمس المدافع الكرة أثناء تمريرها يبدل بمكانه مكان المهاجم الذي قطعت منه الكرة.
- 4- أربعة مهاجمين ضد مدافعين: يمرر المهاجمون الكرة مباشرة فيما بينهم على ملعب حدوده (20م\*20م)، ويكون عمل المدافعين كما في التمرين السابق.

- 5- مهاجمين ضد مدافع واحد: يمرر المهاجمان الكرة فيما بينهما على ملعب حدوده (16م\*12م)، يحق للمهاجم استقبال الكرة وقيادتها قبل التمير.
- 6- ثلاثة مهاجمين ضد مدافعين: يؤدي كالتمرين السابق ولكن على ملعب حدوده (20م\*20م).
- 7- أربعة مهاجمين ضد ثلاثة مدافعين: يؤدي كالتمرين السابق ولكن على ملعب حدوده (30م\*30م).
- 8- ثلاثة مهاجمين ضد ثلاثة مدافعين مع لاعب حياده: يؤدي كالتمرين السابق إلا أن اللاعب الحيادي ينضم دائما للفريق الذي يسيطر على الكرة ويصبح مهاجما رابعا.
- 9- تبادل المراكز في المثلث: يتألف المثلث من ثلاثة لاعبين (أ، ب، ج)، يمرر (أ) الكرة إلى (ب) ويتبادل المراكز مع (ج)، يمرر (ب) الآن الكرة، أما للاعب (أ) أو للاعب (ج) ويتبادل المراكز مع اللاعب الآخر.

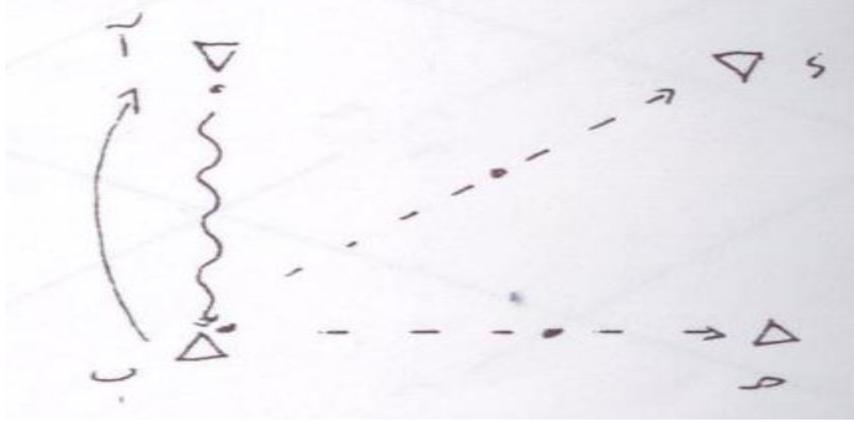


- 10- تبادل المراكز في المثلث: يمرر اللاعب (أ) الكرة للاعب (ب)، اللاعب (ب) يقوم بحركة خداع على الكرة دون أن يلمسها ويأخذ مكان اللاعب (ج)، اللاعب (ج) يكون قبل ذلك قد اندفع إلى مكان اللاعب (ب)، يعيد الآن (ج) الكرة مباشرة أو بعد السيطرة عليها للاعب (أ)، يبدأ (أ) الآن تنفيذ العمل السابق.



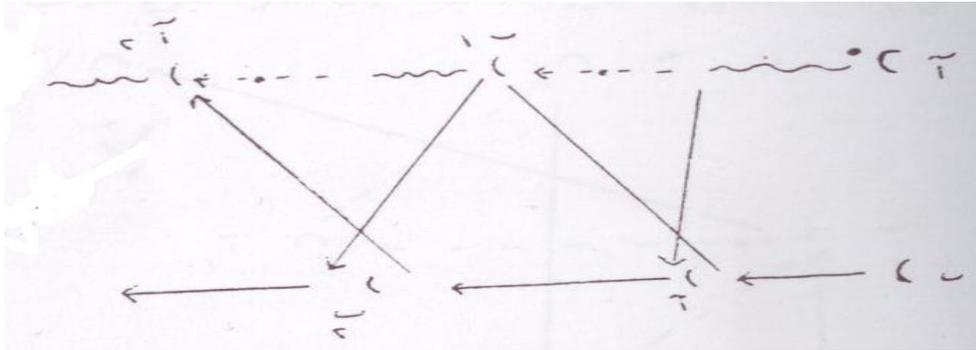
- 11- تبادل المراكز في المربع: يشكل أربعة لاعبين مربعا، يقود اللاعب (أ) الكرة باتجاه اللاعب (ب أو ج أو د) بما أن مركز اللاعب (أ) أصبح فارغا يجب على اللاعب (ب) الذي اتجه اللاعب (أ)

باتجاهه أن يأخذ مكانه، يمرر الآن اللاعب (أ) الكرة من مكان (ب) إلى اللاعب (ج أو د)، ويستمر التمرين وهكذا .....

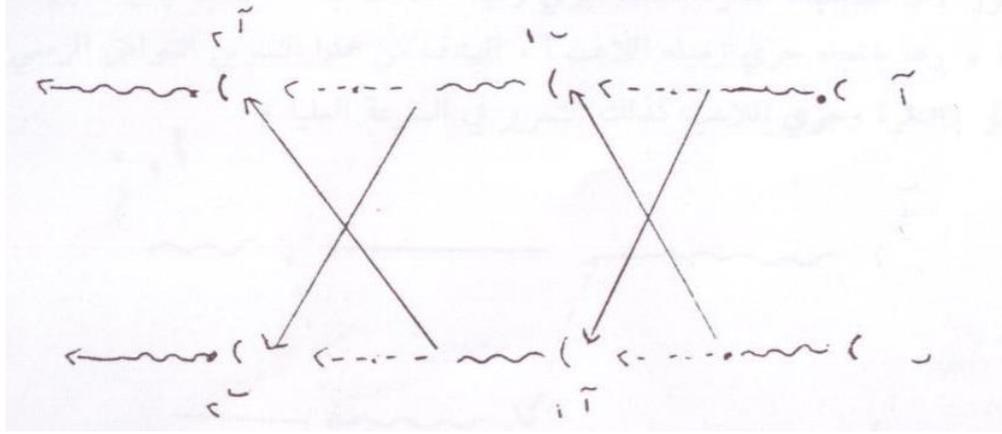


### تمارين مركبة للتدريب على تبادل المراكز:

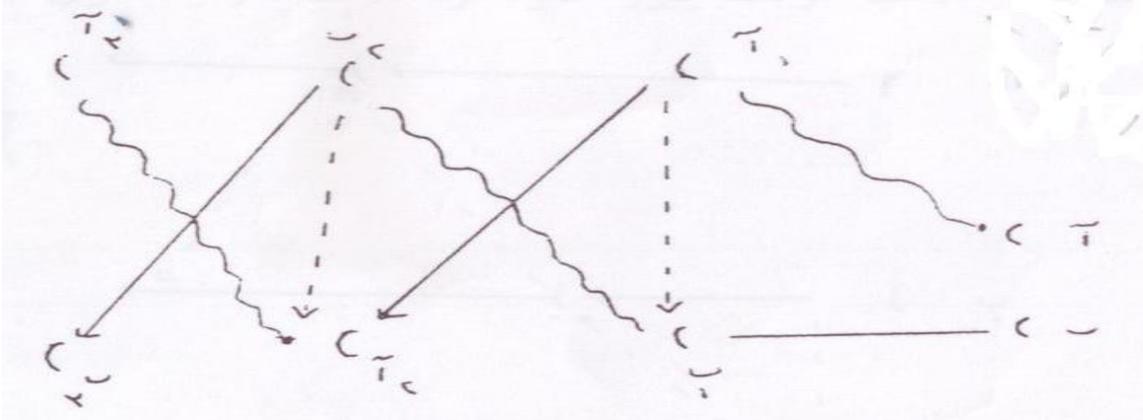
1- يقود اللاعب (أ) الكرة للأمام ويجري موازيا له وعلى مسافة (10م) اللاعب (ب) بدون كرة، يمرر اللاعب (أ) الكرة للأمام بعد أن يشير لزميله ويتبادلان المراكز بسرعة. كما في الشكل (1).



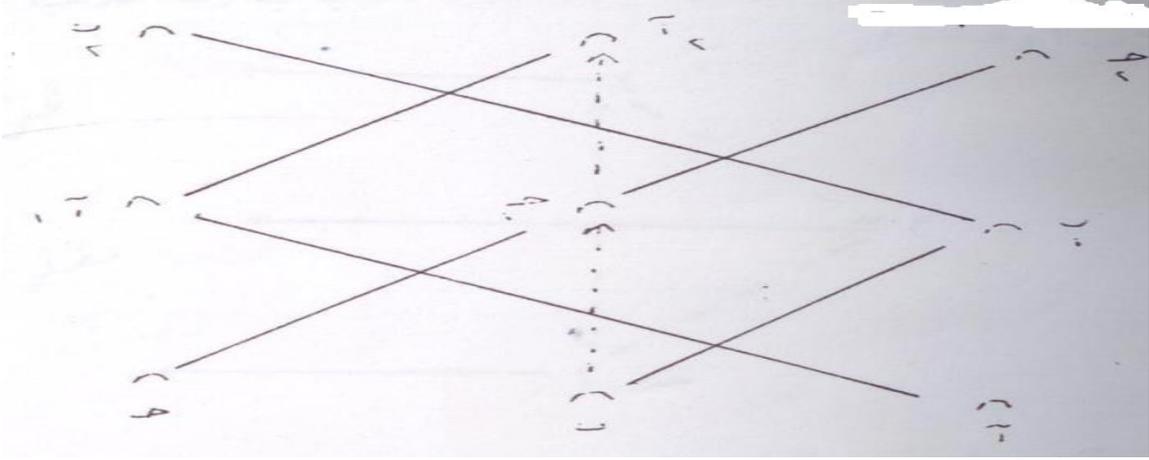
2- يقود كل من اللاعب (أ) واللاعب (ب) كرتيه إلى الأمام على خطين متوازيين عندما يطلق إحداهما إشارة صوتية متفقا عليها يمرر كل منهما وفي الوقت نفسه كرتيه للأمام ويقومان بتبادل المراكز. كما في الشكل (2).



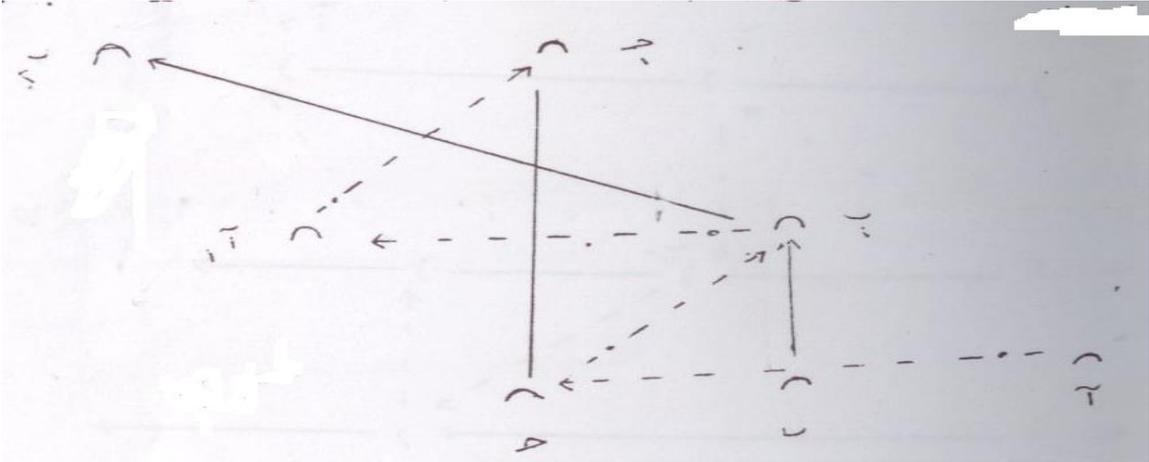
3- يقف اللاعبان (أ ، ب) جنباً إلى جنب يقود اللاعب (أ) الكرة للأمام والجانب بينما يجري اللاعب (ب) للأمام فجأة يمرر (أ) الكرة عرضية لزميله ويجري باتجاهه يستقبل اللاعب (ب) الآن الكرة ويقودها للأمام والجانب لينفذ العمل نفسه الذي قام به زميله وهكذا.... كما في الشكل (3).



4- تبادل المراكز بين ثلاثة لاعبين: يمرر اللاعب (ب) الكرة للأمام ويأخذ مكان اللاعب (أ) يجري اللاعب (أ) إلى مكان اللاعب (ج)، يتجه اللاعب (ج) باتجاه الكرة ويأخذ مكان اللاعب (ب). كما في الشكل (4).

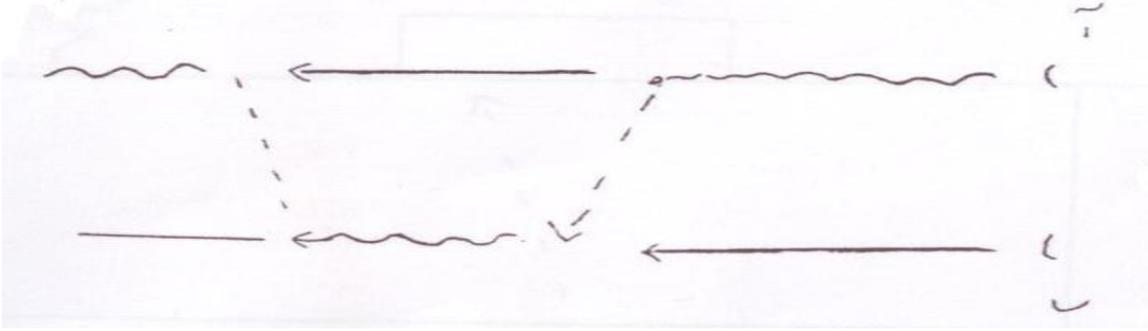


5- يمرر اللاعب (أ) الكرة عرضية للاعب (ج) ويأخذ مكانه وهذه إشارة للاعب (ب) المتأخر كي يندفع للأمام)، يمرر الآن اللاعب (ج) الكرة قطرية لزميله (ب)، يمرر اللاعب (ب) الآن الكرة عرضية للاعب (أ) ويأخذ مكانه وهذه إشارة للاعب (ج) المتأخر كي يندفع للأمام)، يمرر اللاعب (أ) الآن الكرة قطرية للاعب (ج) وهكذا.... كما في الشكل (5).

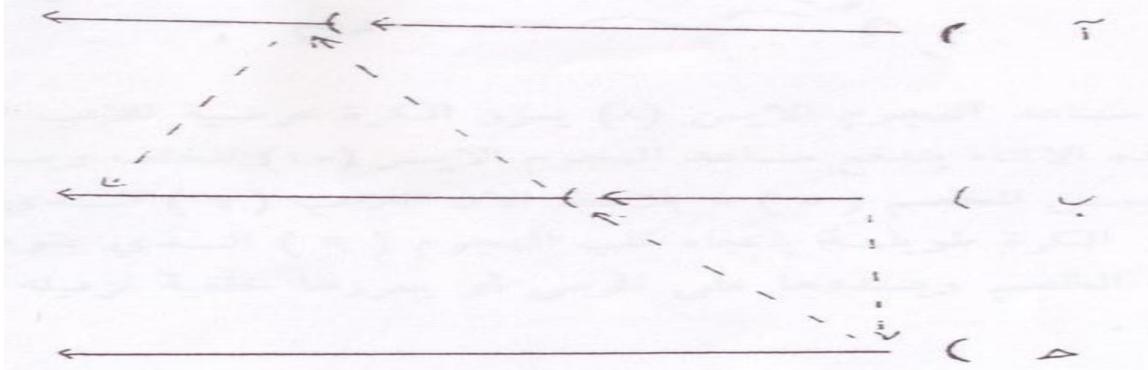


## تمارين مركبة على التمرير

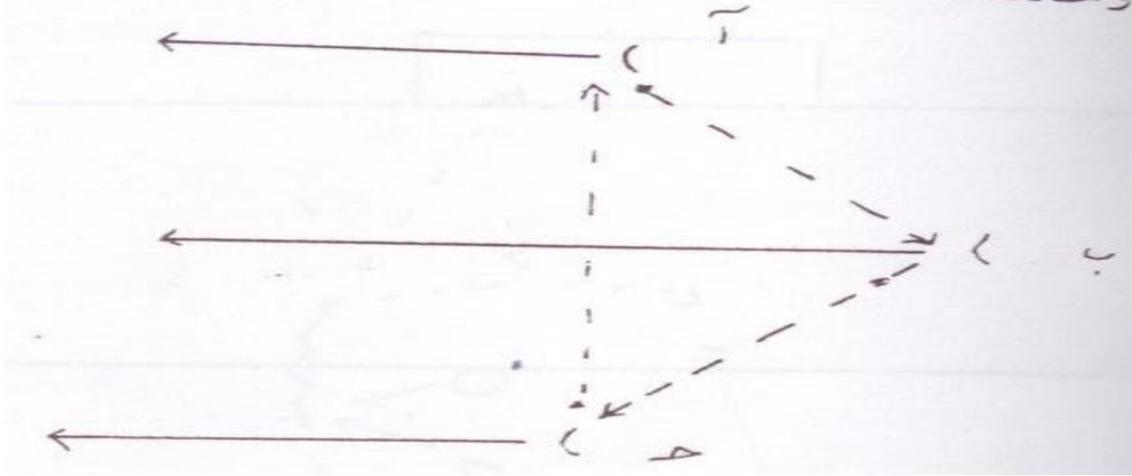
- 1- يقود اللاعب (أ) الكرة، وإلى جانبه وعلى بعد (10م) منه زميله اللاعب (ب)، يمرر الآن اللاعب (أ) الكرة باتجاه جري زميله اللاعب (ب)، اللاعب (ب) يستقبل الكرة ثم يمررها باتجاه جري زميله اللاعب (أ)، الهدف من هذا التمرين التوافق الزمني بين تمرير الكرة بسرعة وجري اللاعب. كما في الشكل (1).



- 2- يمرر ثلاثة لاعبين الكرة فيما بينهم بعد استقبالها من الجري وبدون تبادل للمراكز، لاعب الوسط يمرر الكرة مرة للاعب (أ) ومرة أخرى للاعب (ج). كما في الشكل (2)

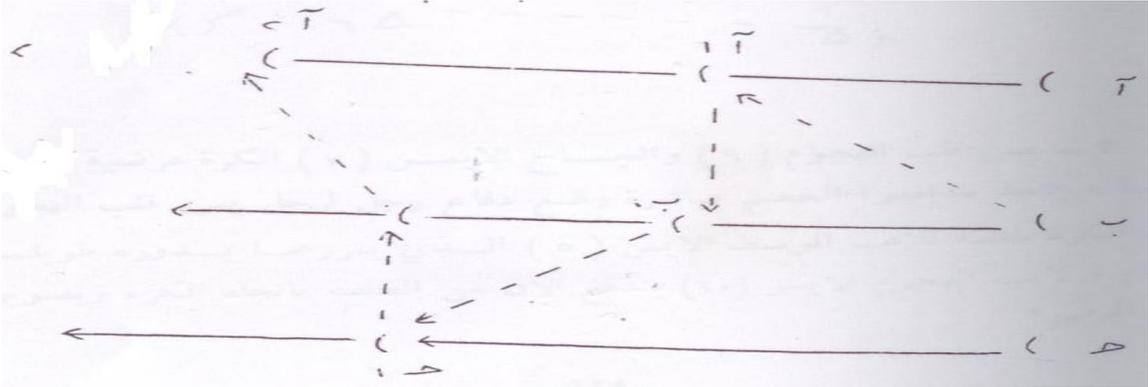


- 3- يشكل ثلاثة لاعبين مثلثا ويمررون الكرة فيما بينهم مع المحافظة على شكل المثلث أثناء الجري، اللاعب (أ) يمرر الكرة للاعب (ب) ومنه للاعب (ج) الذي يعيدها للاعب (أ) وهكذا... كما في الشكل (3).



#### 4- التمرير في المثلث المفتوح :

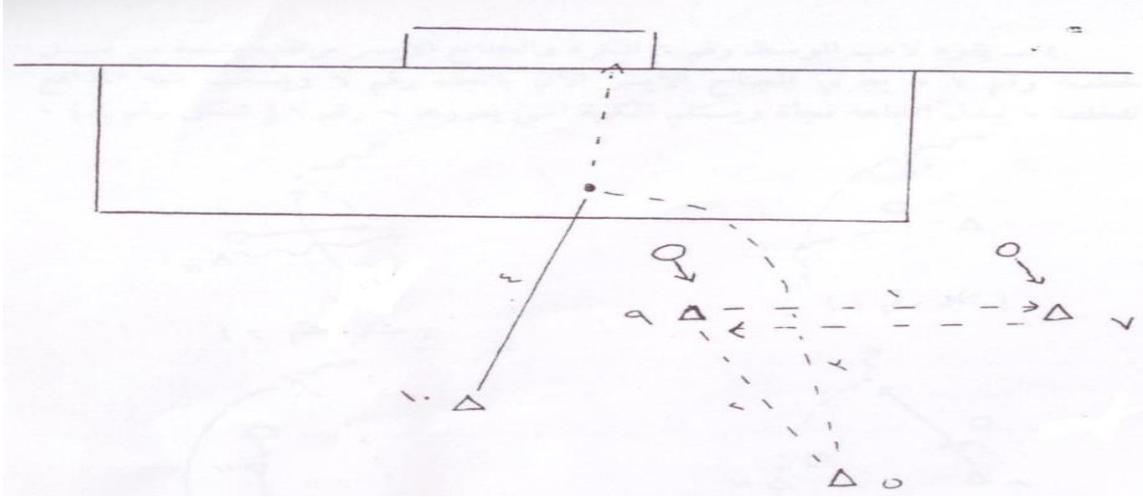
يتم في هذا التمرين بعد كل تمرير قطري تمرير عرضي ولاعب الوسط (ب) هو الذي يوجه ويحدد سرعة التمرين حيث يمرر الكرة قطريا للاعب (ج) ويتقدم للأمام، اللاعب (ج) يمرر الكرة عرضيا للاعب (ب) ويتقدم للأمام وهكذا.....كما في الشكل (4).



تمارين مركبة ومشابهة لأجزاء صغيرة من أحداث المباراة الهدف منها التدريب على وسائط الأداء الخططي الهجومي الجماعي:

1- يقود اللاعب (أ) الكرة بعرض الملعب ثم يمررها بطول الملعب للاعب الوسط (ج) الذي يندفع من مركزه باتجاه الكرة، يمرر اللاعب (ج) الآن الكرة من الدوران في مسار اللاعب (أ) الذي يقودها قليلا ثم يصوب باتجاه المرمى. كما في الشكل (1).





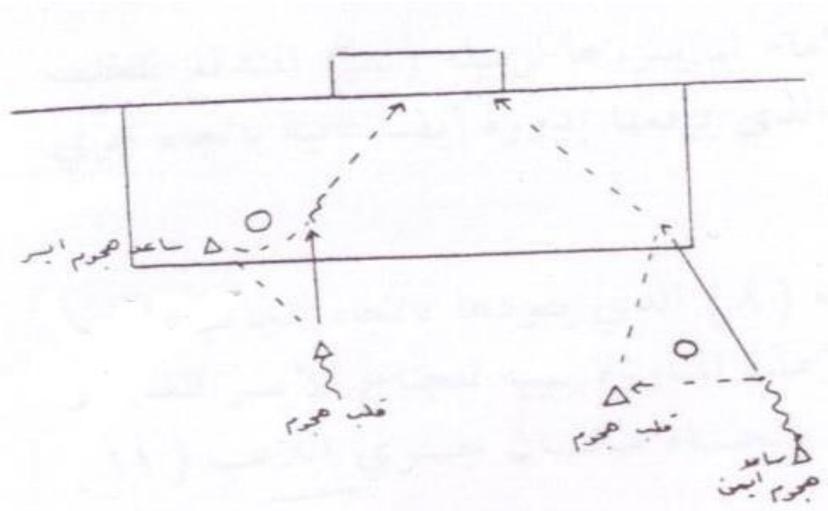
واحد - اثنان:

إن الهدف من هذا التصرف الخططي الجماعي للاعب كرة القدم هو تخطي المنافس، ويشترك في أدائه عادة لاعبان من فريق واحد، ولنجاح هذا العمل المشترك يجب أن يكون هناك تطابق أثناء أدائه بين عمل اللاعبين من الناحيتين الزمنية والمكانية.

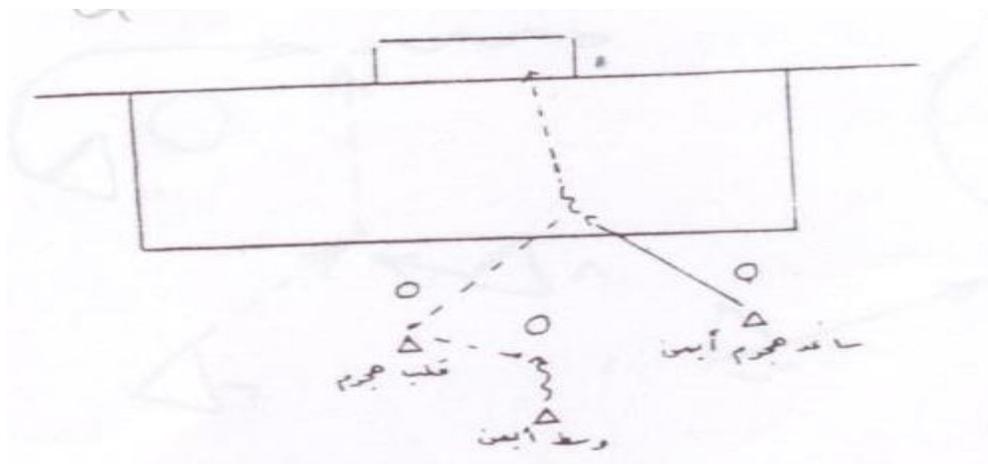
بعض الملاحظات عند تنفيذ ال واحد أثنين :

- 1- التمرير الأول يجب أن يكون دقيقا وسريعا.
- 2- الجري السريع من قبل اللاعب الذي نفذ التمرير الأول لاستقبال الكرة.
- 3- التمرير الثاني يجب أن يكون سريعا ومطابقا لسرعة جري اللاعب الأول.

واحد أثنين بين لاعبين:

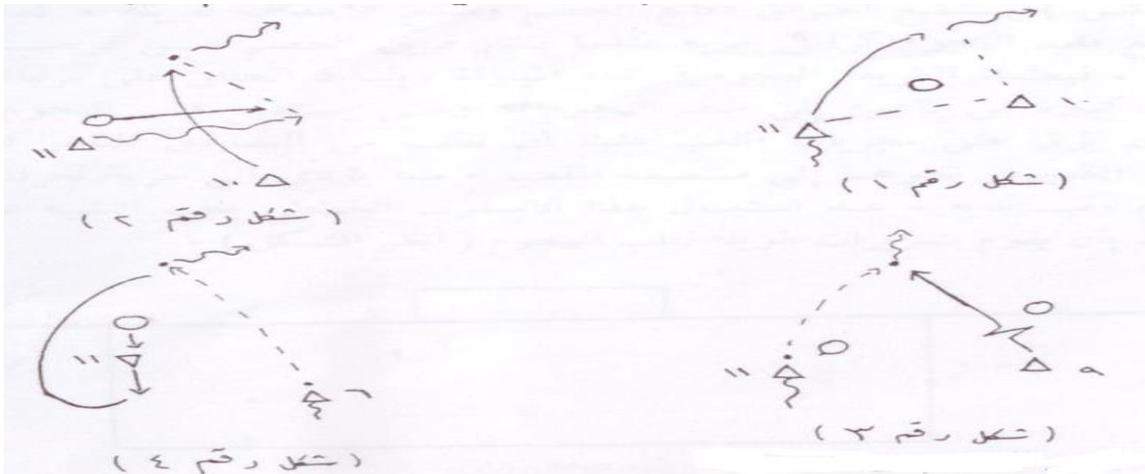


واحد اثنين بين ثلاثة لاعبين:



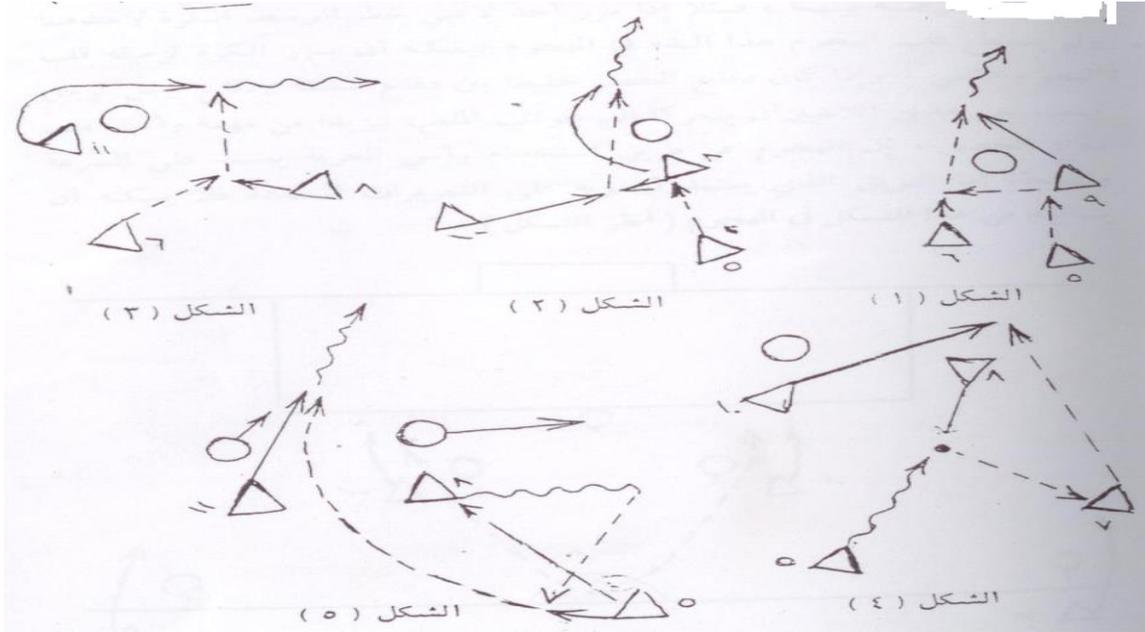
### تطوير الهجوم عن طريق الجناحين

- 1- يقود الجناح الأيسر الكرة فيتقدم ساعد الهجوم باتجاهه، يمرر الجناح الأيسر له الكرة ويجري إلى المكان الفارغ وفي اللحظة نفسها يمرر ساعد الهجوم الأيسر الكرة له (الشكل 1).
- 2- يقود الجناح الأيسر الكرة إلى داخل الملعب ساحبا معه المدافع، في الوقت نفسه يجري اللاعب (10) ويأخذ مكان الجناح الأيسر ويستقبل الكرة التي يمررها له زميله (الشكل 2).
- 3- يقود الجناح الأيسر الكرة، والدفاع الأيمن يراقبه بشده، يتقدم زميله رقم (9) نحوه ويقوم بحركة خداع بدون كرة ويجري باتجاه الكرة التي يمررها له الجناح الأيسر (الشكل 3).
- 4- يقود لاعب الوسط رقم (6) الكرة والجناح الأيسر يراقب بشدة من قبل منافسه رقم (2)، يجري الجناح الأيسر الآن باتجاه رقم (6) ويسحب معه المدافع للخلف، يبدل اتجاهه فجأة ويستلم الكرة التي يمررها له رقم (6)، (شكل 4).



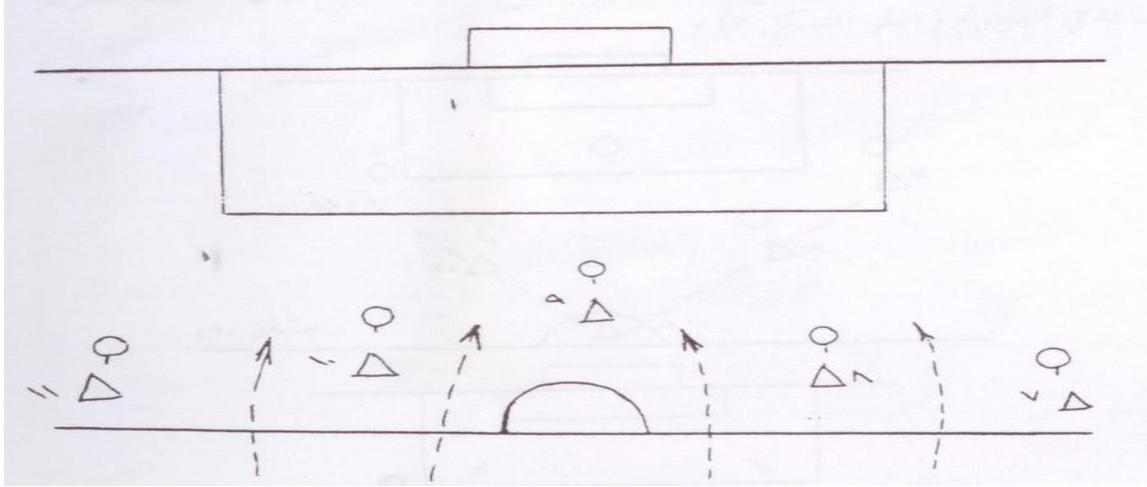
## تطوير الهجوم من الوسط

- 1- يمرر اللاعب (5) الكرة للاعب (9) الذي يمررها مباشرة للاعب (6) وفي الوقت نفسه يندفع (9) إلى الأمام ليتخلص من مراقبة منافسه ويستقبل الكرة التي يمررها اللاعب (6) (الشكل 1).
- 2- يمرر اللاعب (5) الكرة للاعب (8) المراقب من منافسه (8) يمرر الكرة مباشرة للاعب (10) المندفع باتجاهه ويغير مكانه ويستلم الكرة التي يمررها له اللاعب (10) (الشكل 2).
- 3- يمرر اللاعب (6) الكرة لزميله (8) الذي يستقبلها ثم يمررها للاعب (11) المندفع من خلف منافسه (الشكل 3).
- 4- يقود اللاعب (5) الكرة للأمام ثم يمررها لزميله (8) المندفع للخلف والذي يمرر بدوره للجناح الأيمن (7) الذي يرفعها بدوره أيضا عالية باتجاه جري اللاعب (10) (الشكل 4).
- 5- يمرر اللاعب (5) الكرة لزميله (8) الذي يقودها باتجاه الجانب ساحبا معه منافسه ويمررها ثانيه للاعب (5) وهذه المناورة تنبيه للجناح الأيسر للدخول إلى المكان الفارغ يمرر الآن (5) الكرة باتجاه مكان الجري اللاعب (11)، (الشكل 5).



## بعض الحلول الخطئية الخاصة في الهجوم الجماعي

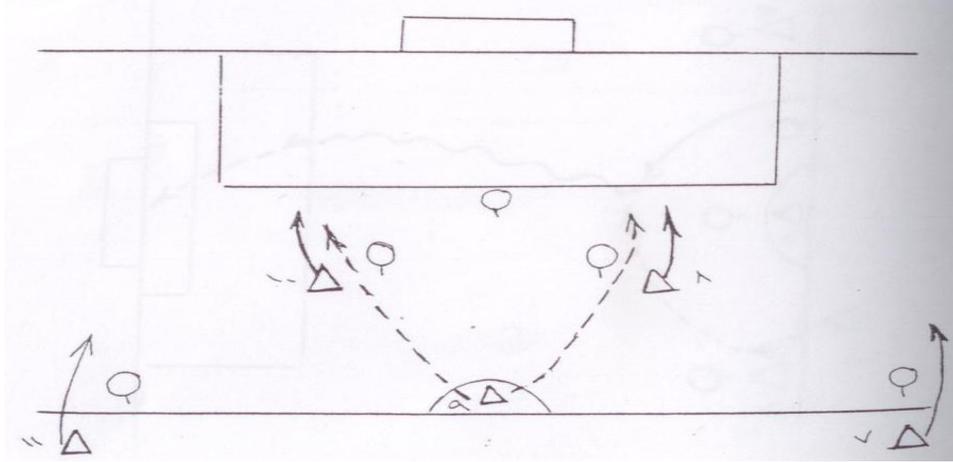
1- تعتمد هذه الطريقة من اللعب عندما يكون لدينا قلب هجوم سريع مقاتل (مشاكس) يستطيع اختراق دفاع المنافس وصنع الأهداف لفريقه، كذلك نلجأ إلى دفع قلب الهجوم كرأس حربة عندما يمتاز فريق المنافس عن فريقنا بمزايا عديدة، فيعتمد الطريقة الهجومية أثناء المباراة ويشدد الخناق على مرمانا فيدفع بأعداد كبيرة من لاعبيه إلى خط الهجوم، وحتى يستطيع قلب الهجوم المتقدم هذا أن يؤثر على مجريات اللعب علينا أن نطلب من الجناحين التأخر، للخلف لسحب الظهيرين نحوهما إلى منتصف الملعب، مما يؤدي إلى حرية تحرك قلب الهجوم ومساعدته، عند استعمال هذا الأسلوب الخطئي يجب التنبيه على خط الوسط بأن يقوم بتمريرات طويلة لقلب الهجوم (انظر الشكل1).



## 2- اعتماد قلبي هجوم في الأداء الخطئي الهجومي الجماعي:

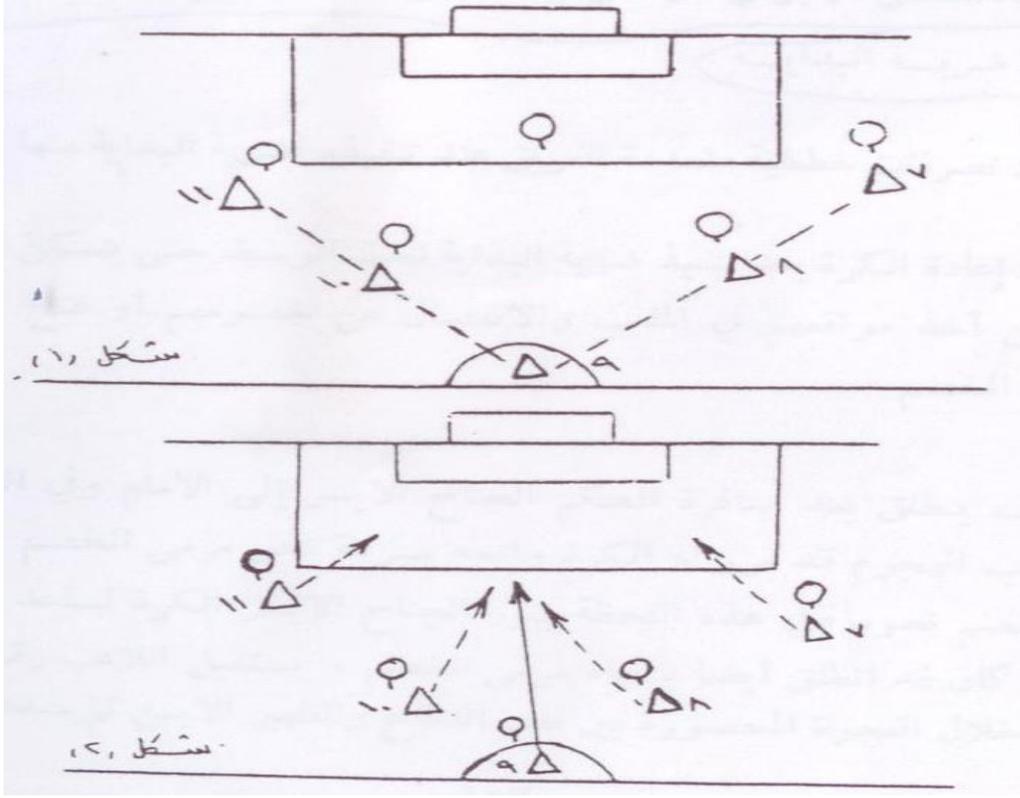
هناك فرق كثيرة تعتمد في هجومها على لاعبين أساسيين يشكلان رأسي حربة، وفي معظم الأحيان يشغل هذا المركز مساعد الهجوم الايمن والأيسر اللاعب رقم 8 واللاعب رقم 10، عند استخدام هذه الطريقة في الهجوم على الجناحين التراجع للخلف حتى منتصف الملعب، ومعظم المحاولات الهجومية يجب أن تتم من قبل هذين اللاعبين لذا يجب أن تمرر لهما الكرات بدقة تامة، أما إذا كان مدافعوا الفريق المنافس ذوي سرعة عالية وقدرة كبيرة على الانقضاض فلن يدعوا لهذين اللاعبين فرصة السيطرة على الكرات فيفضل في هذه الحالة تمرير الكرات الفطرية والعرضية بينهما، فمثلا إذا مرر أحد لاعبي خط الوسط الكرة لإحدهما ولم يستطع قلب الهجوم هذا البدء في الهجوم فيمكنه أن يمرر الكرة لزميلة قلب الهجوم الثاني، وإذا كان دفاع المنافس خليطا بين دفاع منطقة ودفاع رجل لرجل فيجب على هذين اللاعبين أن يتحركا إلى جوانب الملعب ليزيدا من مهمة وأعباء قلب دفاع المنافس، إن الهجوم عن طريق استخدام رأسي الحربة يعتمد على السرعة والمفاجأة أما

الفريق الذي يعتمد أسلوبه على التمريرات المتعددة فلا يمكنه أن يستفيد من هذا الشكل في الهجوم (أنظر الشكل 2).



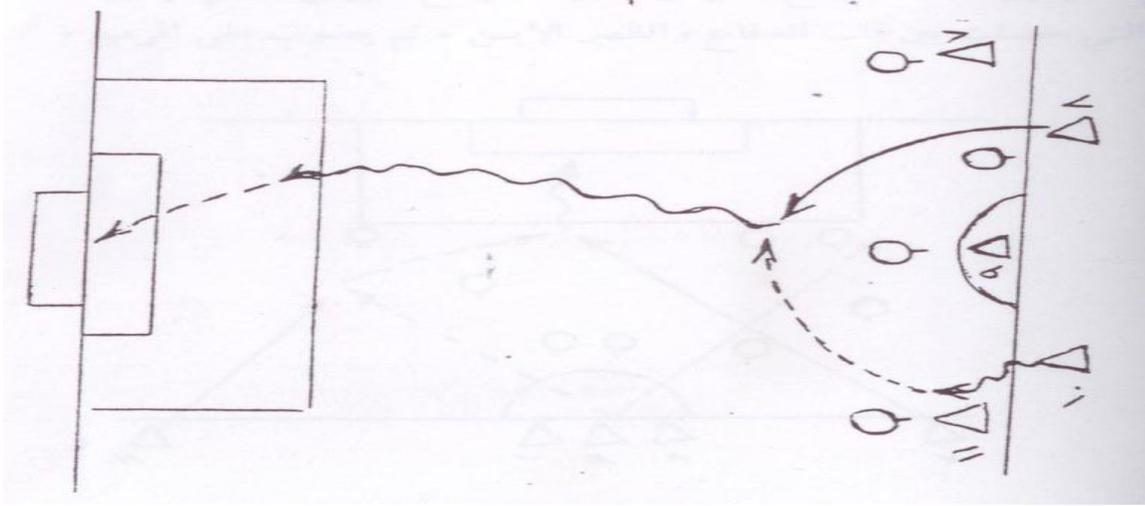
### 3- اللعب بقلب هجوم متأخر:

إذا افتقر الفريق لقلب هجوم جيد سريع وكان قلب دفاع المنافس في الوقت نفسه ذا إمكانيات كبيرة فيمكن أن نستعين بقلب هجوم متأخر وظيفته قيادة الهجمات والتحضير لها مع زملائه، أما بقية لاعبي الهجوم فيبقون في مراكزهم ويشكلون جميعاً حرف 7 كما في الشكل (1) والعبء الأكبر في هذه الطريقة يقع على ساعدي الهجوم ووظيفتهم إنهاء الهجمات بالتصويب على المرمى، أما إذا حافظ قلب دفاع المنافس على مركزه ولم يلاحق قلب الهجوم فيجب على ساعدي الهجوم والجناحين تمرير الكرات وإرجاعها لقلب الهجوم المتأخر، وهو بدوره يمررها إلى أطراف الملعب أي أنه ينقل الهجوم من طرف إلى آخر، أما إذا لاقى قلب دفاع المنافس قلب الهجوم المتأخر فعلى بقية اللاعبين وخاصة خط الوسط تمرير الكرات إلى المنطقة الفارغة التي تركها قلب الدفاع بحيث تصبح الآن مرتعا لتحرك ساعدي الهجوم (أنظر الشكل 2).



4- الإجراءات الخطئية الهجومية عند استخدام المنافس لمصيدة التسلل:

- أ- يجب على لاعبي خط الهجوم استخدام التمرير واحد اثنين بكثرة فيما بينهم.
- ب- اختراق الدفاع عن طريق الجناحين وذلك بتمرير الكرات القطرية المحكمة لهما.
- ت- تمرير الكرات القطرية العالية من قبل أحد ساعدي الهجوم لزميله مساعد الهجوم الثاني، وذلك بأن يقود إحداهما الكرة باتجاه الجناح وقبل أن يصل إليه يمرر الكرة للطرف الآخر من فوق المدافعين ثم يندفع في اللحظة نفسها مساعد الهجوم الثاني إلى الكرة (كما في الشكل 4).
- ث- الاعتماد على الأداء الخطئي الهجومي الفردي مثلا، يقود أحد المهاجمين الكرة ببطء حتى يصل إلى خط دفاع المنافس وفجأة يمررها لنفسه طويلة خلفهم ويندفع ورائها، أو يقوم بحركة خداع ثم يتابع سيره بالكرة.



5- الإجراءات الخطئية ضد دفاع صلب وكثيف:

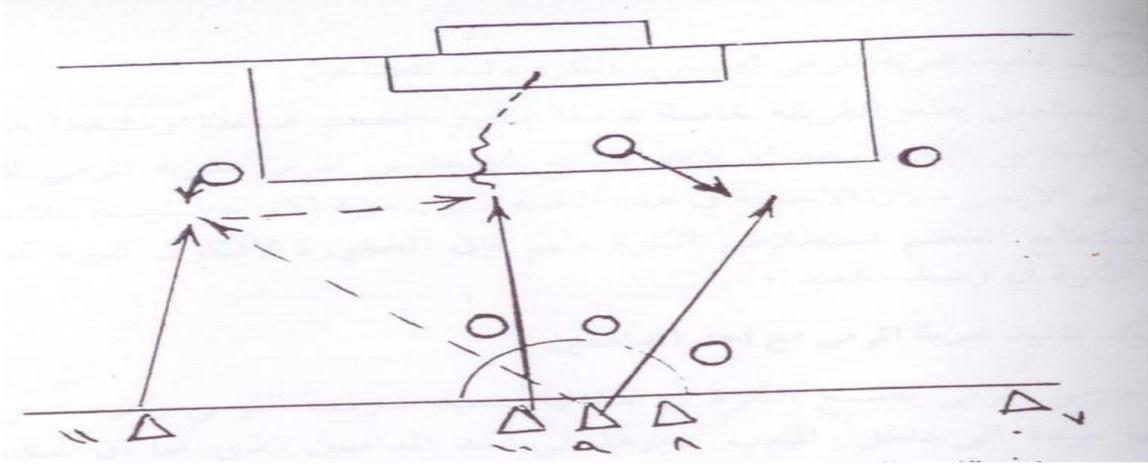
- أ- محاولة سحب المنافس من منطقة جزائه عن طريق لعب الكرة في وسط الملعب.
- ب- سحب خط وسط المنافس من نصف ملعبه.
- ت- الاستفادة المباشرة والسريعة من الفراغات الناتجة عن تحرك اللاعبين.
- ث- التصويب على مرمى المنافس من مسافات بعيدة.
- ج- الجري الحر وتبادل المراكز بين لاعبي خط الهجوم وخاصة في حاله التغطية الشديدة بين أفراد الفريق المنافس.

### الأداء الخطئي الهجومي الجماعي في الأوضاع المتعلقة بمواد قانون كرة القدم

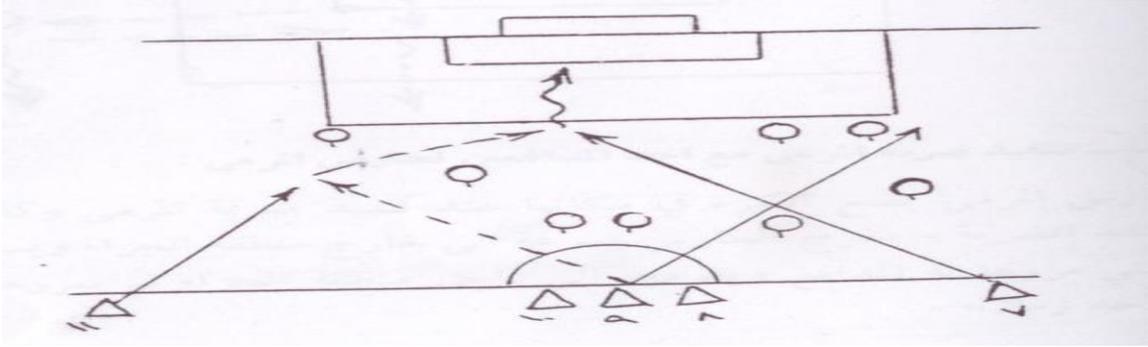
#### 1- ركلة البداية:

هناك تصرفات خطئية متعددة للفريق عند تنفيذ ركلة البداية منها :

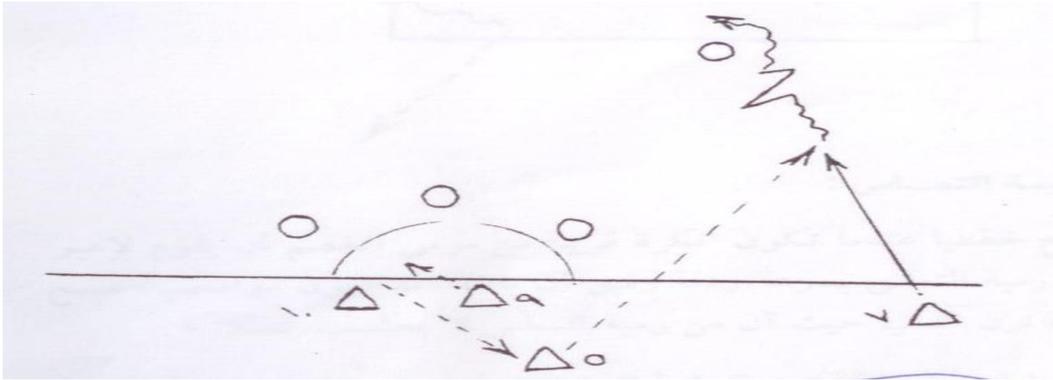
- أ- اعادة الكرة بعد تنفيذ ركلة البداية لخط الوسط حتى يتمكن لاعبو خط الهجوم من أخذ مواقعهم في الملعب والانفصال عن منافسيهم أو فتح الثغرات في خط دفاع الفريق المنافس.
- ب- ينطلق بعد صافرة الحكم الجناح الأيسر إلى الأمام وفي الوقت نفسه يكون قلب الهجوم قد مرر له الكرة واتجه بسرعة نحو مرمى المنافس وجذب قلب دفاع المنافس نحوه، في هذه اللحظة يمرر الجناح الأيسر الكرة ليساعد الهجوم رقم(10)الذي كان قد انطلق أيضا باتجاه مرمى المنافس، يستقبل اللاعب رقم (10) الكرة و يقودها خلال الفجوة المحصورة بين قلب الدفاع والظهير الأيمن ثم يصوب على المرمى.



ح- ينفذ قلب الهجوم ركلة البداية للجناح الأيسر و يتبادل المراكز بدون كرة مع الجناح الأيمن وهذا يؤدي إلى تحرك قلب دفاع المنافس باتجاه قلب الهجوم، يمرر الآن الجناح الأيسر الكرة للجناح الأيمن الذي يقودها خلال الثغرة التي حصلت بين قلب الدفاع والظهير الأيمن، ثم يصوب على المرمى.



خ- ينفذ قلب الهجوم ركلة البداية لساعد الهجوم الأيسر الذي يعيدها بدوره للاعب الوسط الأيمن الذي يمررها مباشرة للجناح الأيمن الذي كان قد انطلق بعد تنفيذ ركلة البداية باتجاه خط مرمى المنافس، يقود الآن الجناح الأيمن الكرة بسرعة محاولا تخطي الظهير الأيسر.



## 2- ركلة المرمى وتمرير الكرة من قبل حارس المرمى:

عندما تعبر الكرة خط المرمى تعاد إلى اللعب بركلة مرمى، أما عندما يمسك تمريرها بيده، ولقد أظهرت الإحصاءات أن متوسط تمرير الكرة من قبل حارس المرمى طوال المباراة يتراوح بين (35م إلى 40) مرة كما أظهرت الإحصاءات نفسها أن 80% من هذا العدد يهدر ولا يستفاد منه أو يذهب للمنافس، وبما أن الهجمات تبدأ وتفتتح من قبل حارس المرمى لذلك علينا أن لا نضيع تلك الفرص.

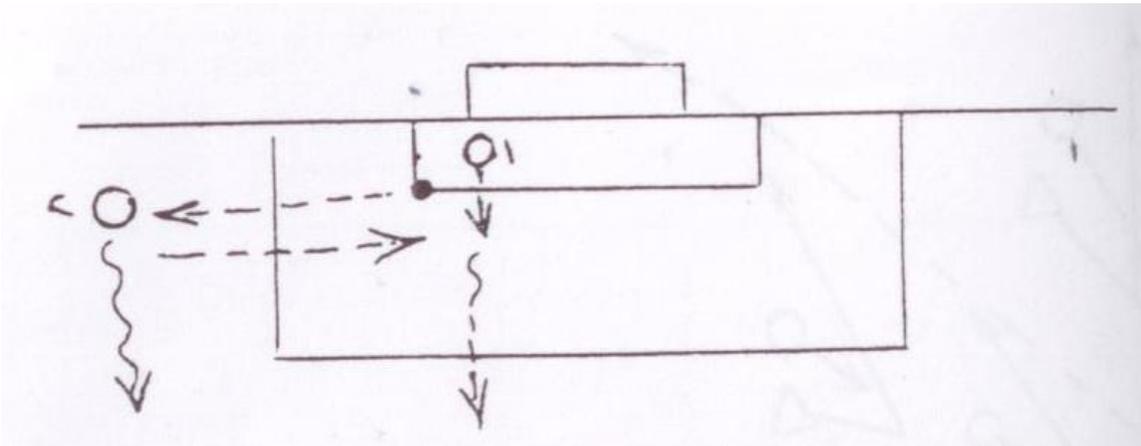
هناك أشكال خطئية متعددة يتبعها حارس المرمى عند تنفيذ ركلة المرمى أو رميها باليد منها:

### أ- تنفيذ ركلة المرمى أو تمرير الكرة باليد للجناحين:

وتستعمل هذه الطريقة خاصة عندما يكون المنافس ضاغطا ومشددا هجومه فيمرر الحارس الكرة بيده أو ينفذ المدافع أو حارس المرمى ركلة المرمى للجناح الأيمن أو الأيسر، لأن الأجنحة في هذه الحالة تكون حرة أكثر من بقية اللاعبين، وإذا استطاع المنافس استخلاص الكرة منهم فان الخطورة لا تكون كبيرة كما لو كانت الكرة في وسط الملعب.

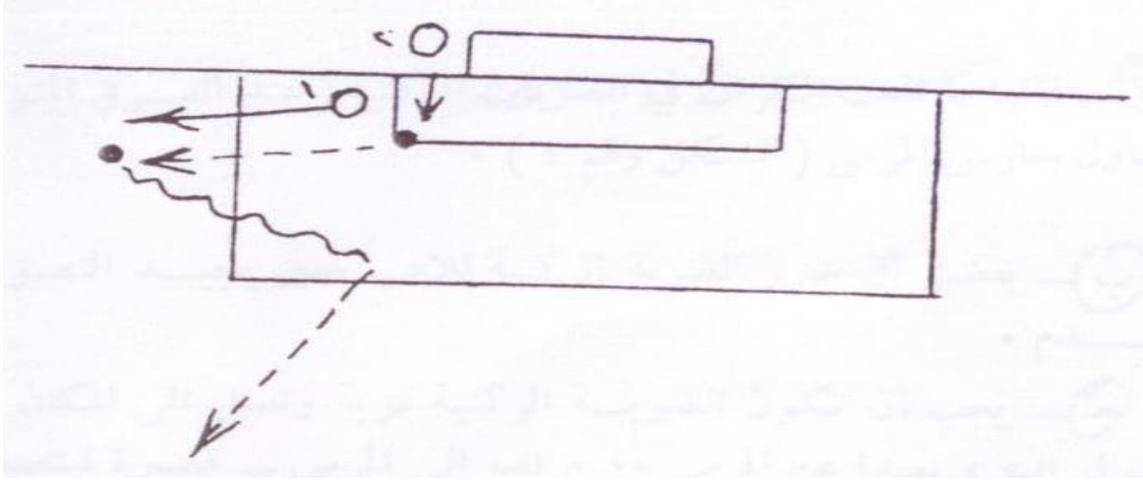
### ب- تنفيذ ركلة المرمى مع احد المدافعين:

حارس المرمى يضع الكرة في مكانها لتنفيذ ركلة المرمى وعضا عن أن يصوبها بعيدة إلى داخل الملعب يمررها الى أحد المدافعين الذي إما أن يعيدها لحارس المرمى (وحارس المرمى يرميها الآن بيده أو يمررها بقدمه) أو يقود هذا المدافع الكرة بنفسه ثم يمررها لأحد زملائه. كما موضح في الشكل.



### ج- تنفيذ ركلة المرمى مع احد المدافعين لحارس المرمى:

حارس المرمى يضع الكرة في مكانها عند تنفيذ ركلة المرمى وكأن المدافع سوف ينفذ الركلة، يخرج الحارس بسرعة إلى خارج منطقة الجزاء ويستقبل الكرة بقدمه التي مررها له المدافع ويقودها إلى داخل منطقة الجزاء ثم يمررها بيده أو بقدمه لأحد زملائه. كما موضح بالشكل



### 3- رمية التماس

إن الأصح خطياً عندما تكون الكرة قريبة من مرمى المنافس أن يقوم لاعبو الهجوم بتنفيذ رمية التماس بسرعة ودقة وقبل أن يأخذ المدافعون مواقعهم، مع الاستفادة من قانون اللعب حيث أن من رمية التماس لا يحتسب تسلا.

هناك إجراءات خطية متعددة يلجأ إليها اللاعبون عند تنفيذ رمية التماس منها:

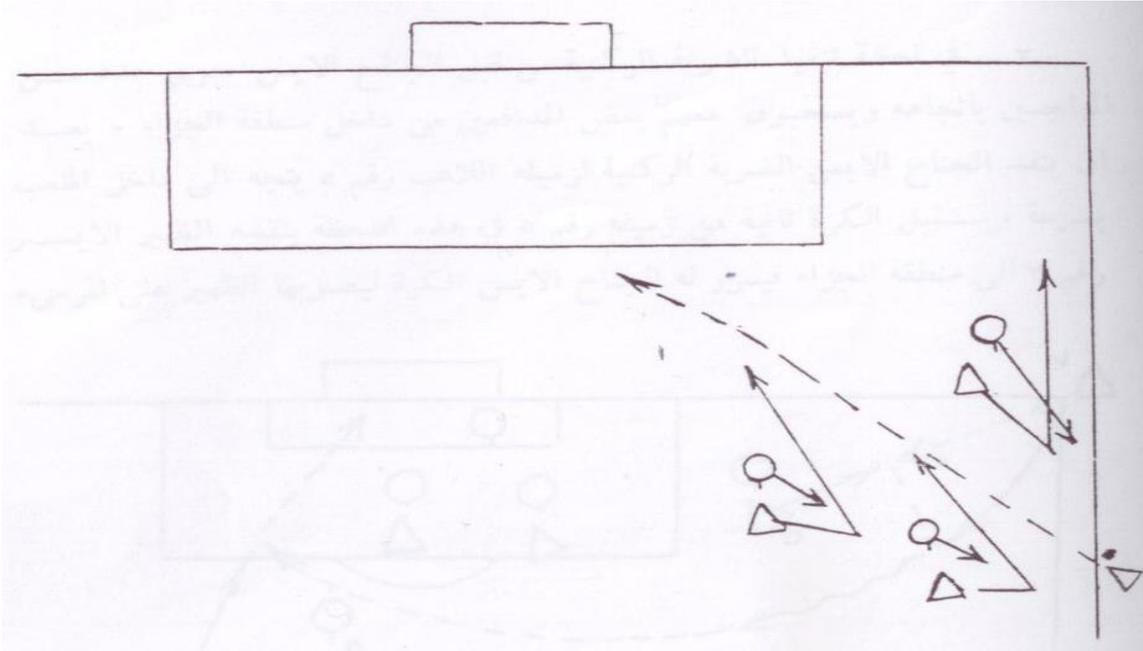
أ- عندما تكون رمية التماس بعيدة عن مرمى المنافس تنفيذ الرمية للاعب الأقرب الذي يعيدها بدوره للاعب الذي نفذها.

ب- عندما تنفذ رمية التماس في منتصف الملعب يقوم لاعب وسط الفريق المهاجم بتنفيذ رمية التماس ويأخذ الظهير مكانه، فإذا استطاع المنافس استخلاص الكرة يهاجم لاعب الوسط الان جناح المنافس والمدافع ساعد الهجوم.

ت- عندما تنفذ رمية التماس من مسافة قريبة من مرمى المنافس، يتجه قسم من المهاجمين الذين يجيدون ضرب الكرة بالرأس إلى داخل منطقة المرمى والقسم الآخر يقف تقريبا على خط منطقة الجزاء، وهذا يؤدي إلى تقسيم عمل الدفاع إلى قسمين: قسم يراقب داخل منطقة المرمى وقسم آخر على خط ال 16م.

ينفذ المهاجم الآن رمية التماس لزملائه المدافعين على خط ال 16 ينسحب فورا بقية المهاجمين من داخل منطقة المرمى حتى لا يقعوا في مصيدة التسلل.

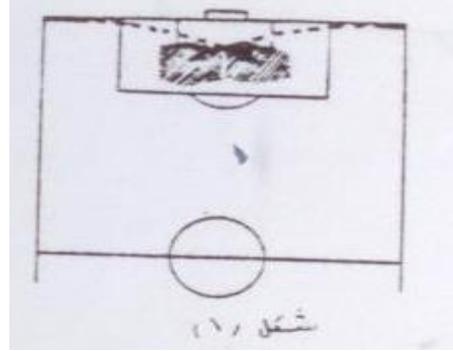
د- إذا كانت رمية التماس من على بعد 40م تقريبا من مرمى المنافس، يقترب المهاجمون باتجاه منفذ الرمية بخطوات سريعة فيلاحقهم مدافعو الفريق المنافس، وفي اللحظة التي تنفذ فيها الرمية ينطلقون بسرعة عالية باتجاه مرمى المنافس. كما موضح في الشكل.



#### 4- الركلة الركنية

بعض الملاحظات الخطئية التي يجب ان يراعيها الفريق المهاجم أثناء تنفيذ الركلة الركنية:

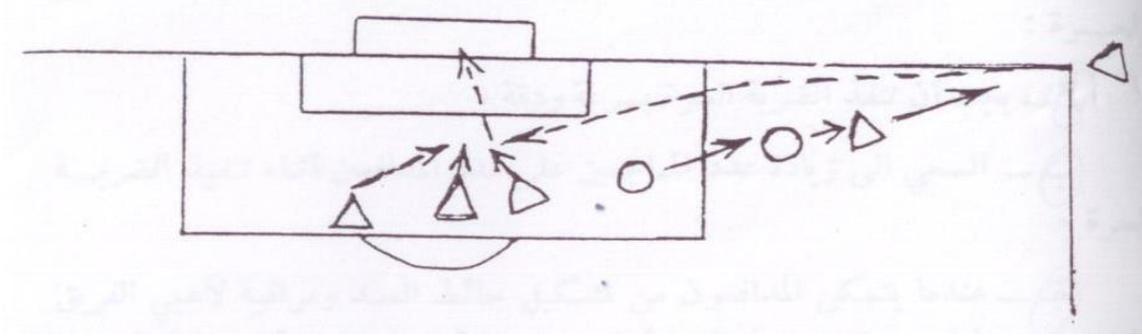
أ- غالبا ما تلعب الكرات في الركلات الركنية (عند الفرق المتوسطة) بعيدة عن متناول حارس المرمى، كما في الشكل (1).



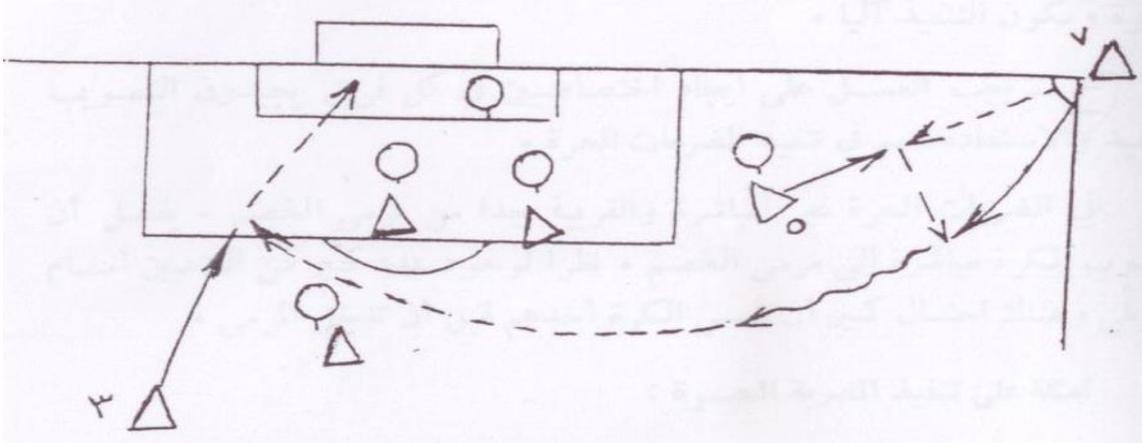
- ب- يفضل أن تمرر الركلة الركنية للاعب معين يجيد التصويب بالرأس والقدم.
- ت- يجب أن تكون الركلة الركنية قوية وتصل إلى المكان المخطط الوصول إليه، بعيدا عن المرمى 10م نف إلى المرمى- قصيرة ليتصدى لها ساعد الهجوم القريب- طويلة ليتصدى لها ساعد الهجوم البعيد مع الجناح .... الخ .
- ث- عندما يتفوق المدافعون بأجسامهم على المهاجمين يفضل تأدية الركلة الركنية بتمرير الكرة لخط الوسط.
- ج- إن استخدام الركلات اللولبية في تنفيذ الركلة الركنية: (قصيرة - عالية - متوسطة الارتفاع) الخ.. حتى لا يعتاد الحارس - والمدافعون على نوع معين.
- ح- يتوزع المهاجمون داخل منطقة الجزاء قبل تنفيذ الركلة الركنية على الشكل التالي: يقف أحدهم أمام خط المرمى وذلك لتحديد حرية تحرك حارس المرمى لسحب عدد من المدافعين باتجاه خط المرمى. المهاجمون الذين يجيدون التصويب بالرأس يبحثون عن أماكن مناسبة، بقية المهاجمين يتوزعون داخل منطقة الجزاء.
- خ- قبل تنفيذ الركلة الركنية على المهاجمين أن يقوموا بحركات خداع متعددة بدون كرة ضد المدافعين.

## أمثلة لتنفيذ الركلة الركنية:

1- تنفذ الركلة الركنية أرضية قوية باتجاه المهاجمين الذي يجري نحوها فيندفع خلفه المدافعين إلا أن المهاجم يتركها تمر إلى زملائه الموزعين داخل منطقة الجزاء، يستغل المهاجمون هذه المناورة ويصوب أحدهم مباشرة على المرمى. كما في الشكل (1).

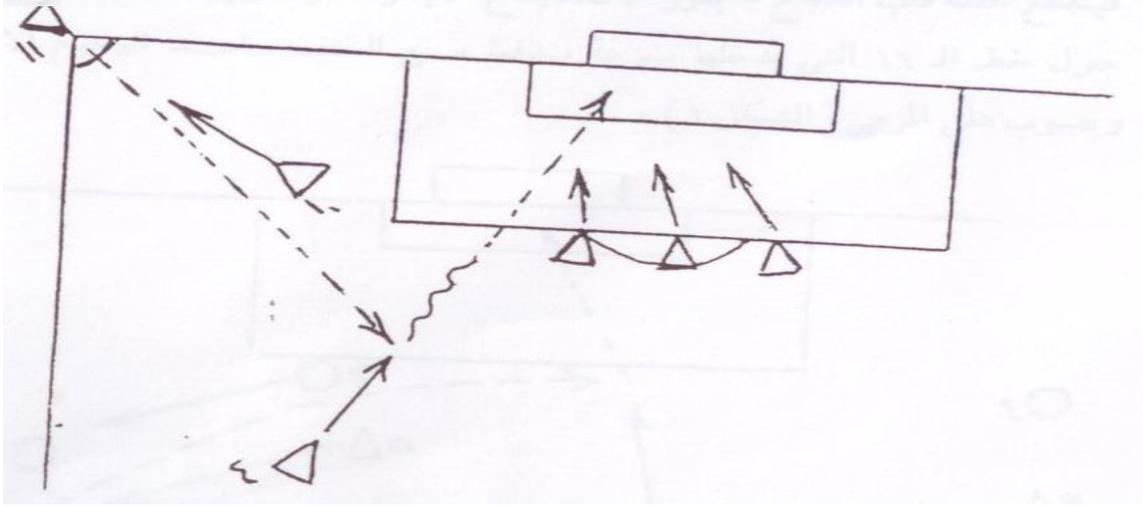


2- في لحظة تنفيذ الركلة الركنية من قبل الجناح الأيمن يجري عدد من المهاجمين باتجاهه ويسحبون معهم بعض المدافعين من داخل منطقة الجزاء، بعد أن ينفذ الجناح الأيمن الركلة الركنية لزميله اللاعب رقم (5) يتجه إلى داخل الملعب بسرعة ويستقبل الكرة ثانية من زميله رقم (5) في هذه اللحظة يتقدم الظهير الأيسر رقم (3) إلى منطقة الجزاء فيمرر له الجناح الأيمن الكرة ليصوبها الظهير على المرمى. كما في الشكل (2).

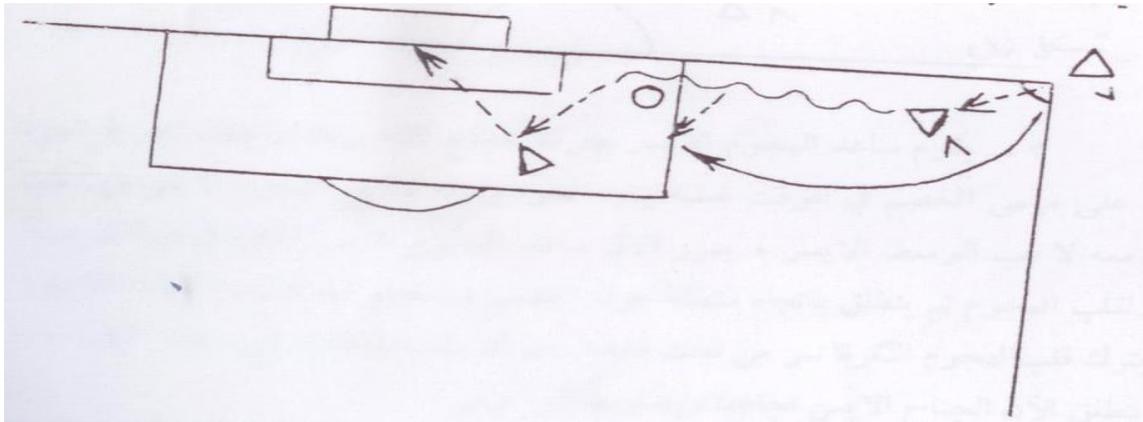


3- في لحظة تنفيذ الركلة الركنية من قبل الجناح الأيسر يجري زملاؤه الواقفون على خط منطقة الجزاء باتجاه المرمى، كذلك يتقدم زميله مساعد الهجوم الأيسر نحوه صاحباً معه أحد المنافسين، يندفع اللاعب

رقم (4) الآن بسرعة إلى المنطقة الفارغة ليستقبل الكرة من الركلة الركنية ويصوبها على المرمى. كما في الشكل (3).



4- تنفذ الركلة الركنية قصيرة للاعب الواقف قريبا من منفذ الركلة يقود اللاعب الكرة باتجاه المرمى ثم يمررها عرضية أو خلفية لأحد زملائه الذي يصوب مباشرة على المرمى. كما في الشكل (4).



## 5- الركلة الحرة

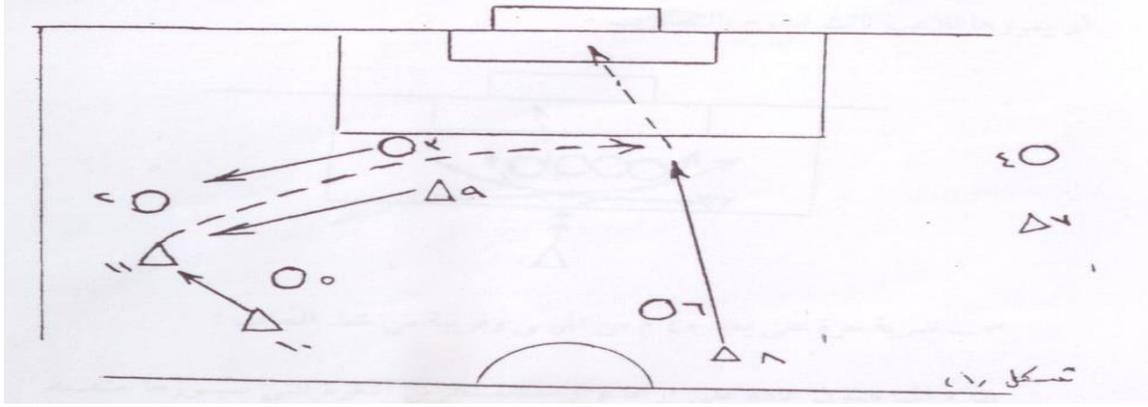
بعض النقاط الهامة التي يجب أن ينتبه إليها الفريق المهاجم أثناء تنفيذ الركلة الحرة:

- أ- يجب أن تنفذ الركلة الحرة بسرعة ودقة.
- ب- السعي إلى زيادة عدد المهاجمين على عدد المدافعين أثناء تنفيذ الركلة الحرة.
- ت- عندما يتمكن المدافعون من تشكيل حائط الصد ومراقبه لاعبي الفريق المهاجم على المهاجمين قبل تنفيذ الركلة الحرة اتخاذ أسلوب التحركات المركبة.
- ث- الاستفادة من الأخطاء التي يقع بها المدافعون أثناء تنفيذ الركلة الحرة.
- ج- يجب عدم إظهار الإجراءات الخطئية المتخذة من قبل المهاجمين في تنفيذ الركلة الحرة للفريق المدافع.
- ح- يجب استخدام حركات الخداع أثناء التصويب.
- خ- يجب أن يكون التفاهم جيدا بين اللاعبين الذين سينفذون الركلة الحرة ويكون التنفيذ آليا.
- د- يجب العمل على إيجاد اختصاصيين في كل فريق يجيدون التصويب البعيد والاستفادة منهم في تنفيذ الركلات الحرة.

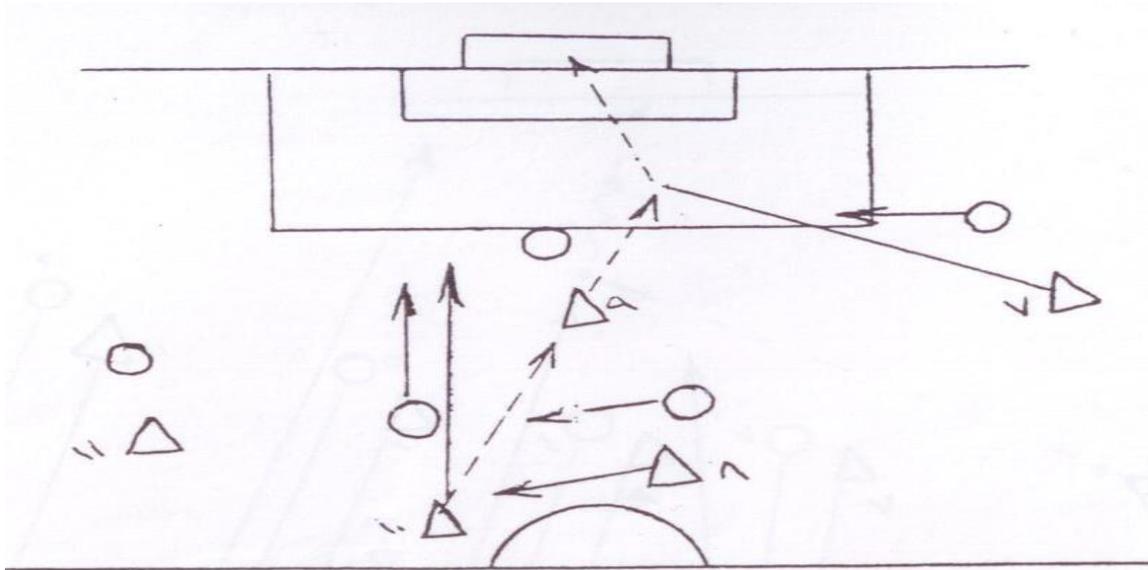
في الركلات الحرة الغير المباشرة والقريبة جدا من مرمى المنافس، يفضل أن يصوب الكرة مباشرة على مرمى المنافس، نظرا لوجود عدد كبير من اللاعبين أمام المرمى وهناك احتمال كبير أن تلمس الكرة أحدهم قبل أن تدخل المرمى.

أمثلة على تنفيذ الركلة الحرة:

- 1- تنفيذ الركلة الحرة قرب منتصف الملعب.  
ينفذ مساعد الهجوم الأيسر الركلة الحرة قصيرة لزميله الجناح الأيسر ويجري في الوقت نفسه قلب الهجوم باتجاه الجناح الأيسر كما لو أنه سيأخذ الكرة منه فيندفع خلف قلب الدفاع، يمرر الآن الجناح الأيسر الكرة طويلة للمنطقة الفارغة حول خط ال 16 التي يدخلها بسرعة مندفا من الخلف مساعد الهجوم الأيمن ويصوب على المرمى، الشكل (1).

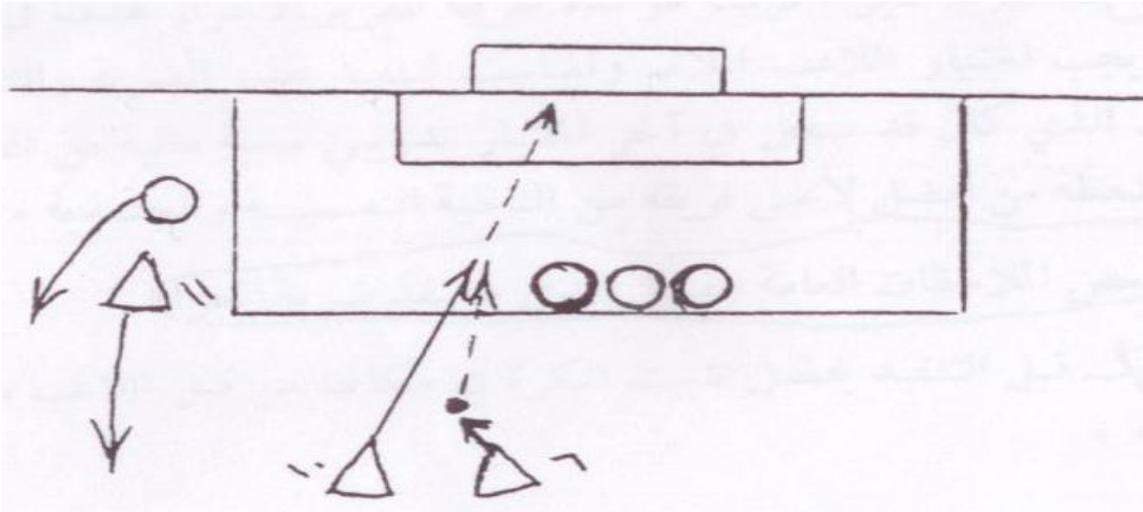


2- يقوم مساعد الهجوم الأيسر بحركة خداع كأنه يريد أن ينفذ الركلة الحرة على مرمى المنافس في الوقت نفسه يتجه نحوه زميله مساعد الهجوم الأيمن ويسحب معه لاعب الوسط الأيسر، يمرر الآن مساعد الهجوم الأيسر الكرة أرضية قوية لقلب الهجوم ثم ينطلق باتجاه منطقة جزاء المنافس ويسحب معه لاعب الوسط الأيمن يترك قلب الهجوم الكرة تمر من تحت قدمه دون أن يلمسها فتتجه إلى منطقة الجزاء، ينطلق الآن الجناح الأيمن تجاهها ويصوبها على المرمى.

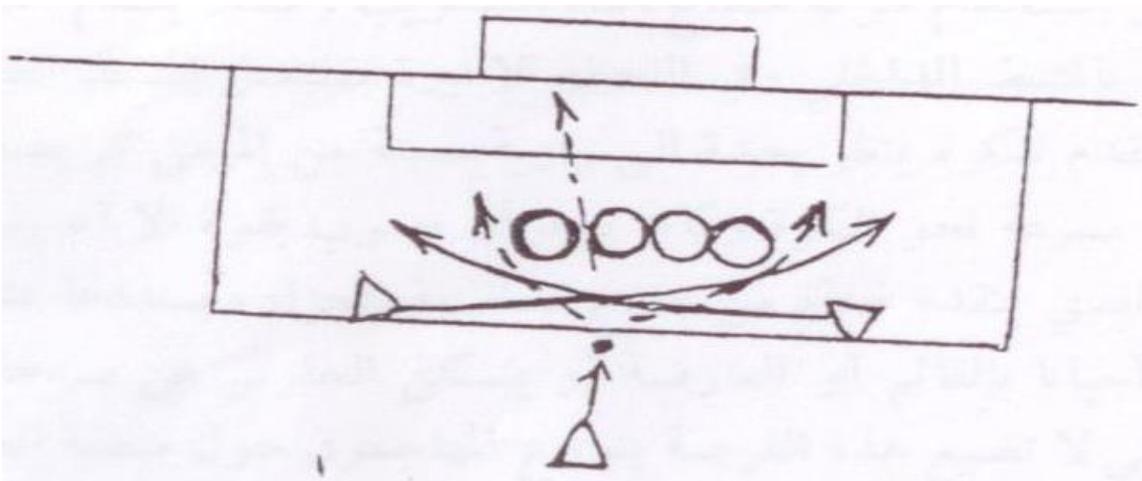


## تنفيذ الركلة الحرة قرب منطقة الجزاء:

1- شكل عدد من المدافعين حائط الصد، الكرة تبعد عن المرمى 30م، ساعد الهجوم الأيسر ولاعب الوسط الأيسر يقفان إلى جانب الكرة، يجري بعد صافرة الحكم الجناح الأيسر للخلف ويسحب معه الظهر الأيمن، في الوقت نفسه يجري ساعد الهجوم الأيسر إلى المنطقة الفارغة ويصوب على المرمى الكرة التي مررها له لاعب الوسط الأيسر.



2- الكرة بحدود خط منطقة الجزاء وقد شكل المدافعون حائط الصد. قبل أن تنفذ الركلة الحرة بقليل يتبادل لاعبان معينان مركزهما، يجري لاعب من بين الحائط إلى يساره والثاني بالعكس، في هذه اللحظة إما أن يصوب اللاعب المنفذ للركلة الحرة الكرة مباشرة على المرمى بعد أن يتفكك الحائط أو يمررها للاعب ثالث ليقوم بالتصويب. كما في الشكل (2).



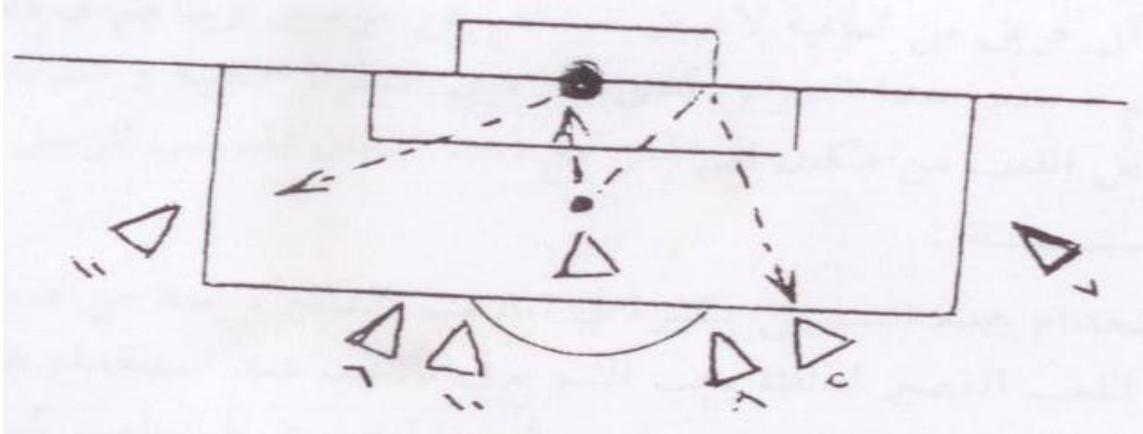


## 5- ركلة الجزاء:

أ- ركلة الجزاء فرصة مؤكدة تقريبا للفريق لإحراز هدف في مرمى الفريق المنافس. لذلك يجب اختيار اللاعب الملائم والمناسب لتنفيذ هذه الركلة واللاعب الملائم هو اللاعب الذي كان قد سجل في آخر اختبار تدريبي نسبة عالية من ركلات الجزاء وهو في هذه اللحظة من أفضل لاعبي فريقه من الناحية النفسية والجسدية.

### بعض الملاحظات العامة للفريق الذي سينفذ ركلة الجزاء:

- 1- قبل التنفيذ يفضل تثبيت الكرة في مكانها من قبل اللاعب منفذ ركلة الجزاء.
- 2- على اللاعب أن يقرر قبل تنفيذ ركلة الزاوية التي سيصوب عليها دون أن يظهر ذلك لحارس المرمى.
- 3- سرعة الكرة أثناء التنفيذ يجب أن تكون متوسطة وبجانب القائم.
- 4- على منفذ الركلة معرفة النواحي القانونية في ركلة الجزاء، (مثلا لا يحق للاعب منفذ الركلة أن يلمس الكرة مرة ثانية بعد اصطدامها بعارضة المرمى أو القائم وعادت إليه قبل أن يلمسها غيره).
- 5- يفضل استخدام حركة خداع أثناء التصويب: فمثلا يتقدم اللاعب وكأنه يريد أن يصوبها بالمشط الداخلي وفي اللحظة الأخيرة يستعمل المشط الخارجي، أو أنه خلال التقدم للكرة ينظر بحدة إلى زاوية معينة من المرمى ثم يصوب للزاوية الأخرى أو يتجه بسرعة نحو الكرة وكأنه يريد أن يصوب بقوة إلا أنه يمررها بطينة للأمام لزميله الذي يتقدم فجأة من خارج منطقة الجزاء ويصوبها على المرمى، تصطدم الكرة أحيانا بالقائم أو العارضة أو يتمكن الحارس من صدها فتعود إلى الملعب ثانية وحتى لا تضيع هذه الفرصة يتوزع المهاجمون حول منطقة الجزاء بعضهم إلى جانب القوس وبعضهم الآخر يقف خارج منطقة الجزاء من الجانب وذلك لإعادة تصويب الكرة على المرمى، (كما موضح في الشكل).



## تمريعات لتحسين العمل الجماعي بين مجموعات الفريق:

### 1- ثلاثة مهاجمين ضد أربعة مدافعين على مرمى واحد:

يزيد عمليا عدد المدافعين أثناء قيام المنافس بهجوم ما عن عدد المهاجمين، يحدد قبل بداية التمرين لكل مدافع لاعب من المهاجمين لمراقبته ويبقى المدافع الرابع بدون منافس، يبدأ التمرين من منتصف الملعب بأن يقود أحد المهاجمين الكرة أو يمررها لزملائه الذين يحاولون التخلص من منافسيهم عن طريق الجري الحر وأخذ الأماكن المناسبة أو تبادل المراكز، وإذا لم يتمكن المهاجم من اختراق دفاع المنافس أو تمرير الكرة لزملائه بسبب المراقبة الشديدة يعيد الكرة للخلف للمهاجم الرابع الذي يدعم الهجوم من منتصف الملعب.

### 2- ستة مهاجمين ضد خمسة مدافعين وحارس مرمى واحد:

يبدأ خمسة مهاجمين يدعمهم لاعب متأخر (صانع الهجمات) هجومهم من منتصف الملعب، يحاول ثلاثة مدافعين ولاعبان اثنان من خط الوسط ضد هذا الهجوم، إذا تمكن المدافعون من صد الهجوم تعاد الكرة الى اللاعب المتأخر (صانع الهجمات) كما يعود المهاجمون إلى نقطة البداية وهي خط منتصف الملعب، يمكن في هذا التمرين أن ينفذ المهاجمون بعض الخطط الهجومية دون إعلام المدافعين مسبقا عنها.

### 3- خمسة لاعبين ضد خمسة لاعبين على مرمى واحد:

يبدأ الفريق ذو القمصان الحمر الهجوم من منتصف الملعب فيحاول الفريق الآخر ذو القمصان الأزرق ضد الهجوم، إذا استطاع الفريق الأزرق أن يستخلص الكرة عاد بها الى منتصف الملعب ليصبح مهاجما فيبدأ بالهجوم على المرمى نفسه في حين يصبح الفريق الآخر مدافعا، إن الفائدة من هذا التمرين هي وضع اللاعبين في جو المباراة أي في وضع الهجوم حيناً وفي وضع الدفاع حيناً آخر.

### 4- اللعب في ملعب صغير:

مجموعتان من اللاعبين تتألف كل منها من سبعة لاعبين، المجموعة الأولى تتألف من لاعبي خط الهجوم، المجموعة الثانية تتألف من لاعبي خط الدفاع وخط الوسط، تلعب المجموعتان مباراة عادية في منتصف ملعب كرة القدم مع استعمال مرامي كرة اليد.

### الهدف من هذا التمرين:

أ- التأكيد على سرعة الأداء وعلى التمارين المركبة البسيطة.

ب- الاستفادة من التبدل والتغير المستمر في اللعب الجماعي وكذلك من المحاولات الفردية بالإضافة لمضايقة المنافس ومهاجمته، وفائدة الملعب الصغير هي رفع المستوى الفني والخططي للاعبين الهجوم.

5- الاستفادة في ملعب صغير مع استخدام مقعد سويدي ومرميين مقلوبين للاتجاه المعاكس:  
يجري اللعب بين فريقين يتألف كل منهما من سبعة لاعبين، يوضع مقعد سويدي خلف المرمى المقلوب، يتم تسجيل الهدف بعد اصطدام الكرة بالمقعد، يمكن كذلك الاستغناء عن المقعد واحتساب الهدف عندما تدخل الكرة من خلف الى المرمى.

#### 6- اللعب في الملعب صغير مع استخدام أربعة مرامي صغيرة.

يتألف كل فريق من ثمانية لاعبي، يدافع عن مرميين ويهاجم في الوقت نفسه مرمى المنافس، ينمي هذا التمرين لدى اللاعبين النظرة الكلية والشاملة في الملعب كذلك يعلم نقل اللعب من مكان إلى آخر مع أخذ المكان المناسب للزميل.

#### ملاحظة:

إن استخدام هذه التمارين بكثرة في الملاعب الصغيرة يحد من قدرة اللاعب ويعلمه فقط اللعب القصير لذلك يجب التنوع في الملاعب عند استخدام هذه التمارين فأحيانا يتدرب اللاعبون في ملعب صغير أحيانا أخرى في ملعب كرة القدم بكامله محافظين على العدد من اللاعبين حتى لا يفقد اللاعب نظرته الكلية والشاملة للملعب وموقع المنافس والزميل ولكي يتم التكيف الصحيح للأوضاع الحقيقية للمباراة.

#### 7- المباراة التدريبية:

إن المباراة التدريبية تضع اللاعبين في جو مشابه تقريبا لوضع المباراة إلا أنها تفتقد العنصر النفسي المؤثر الذي تتميز به المباريات الحقيقية كالجهد وقيمة المباراة، وعلى أي حال يجب أن تكون هناك وظائف محددة وواضحة للفريق ككل ولكل لاعب على حدة في المباراة التدريبية.

#### إن الهدف الأساسي من المباريات التدريبية هو:

- أ- إيجاد طريقة مناسبة للفريق.
- ب- التحضير لمباراة قادمة عن طريق دراسة النواحي السلبية والإيجابية لدى الفريق المنافس مع مقارنتها بالسلبيات والايجابيات لدى الفريق نفسه ووضع الحلول المناسبة لها والتدريب عليها وتطبيقها.

## خطط الدفاع

أن القول بأن الهجوم خير وسيلة للدفاع هو نصف الحقيقة، لأن الهجوم ينجح فقط عند وجود دفاع قوي خلفه وكذلك يبدأ الهجوم من الدفاع بل حتى من حارس المرمى، كما أن أحسن الفرق قد تضطر إلى أن تلعب مدافعه في مراحل معينة من المباراة.

### أنواع الدفاع:

**دفاع المنطقة:** هو إعطاء اللاعب منطقة محددة يسأل عن تغطيتها وقد أستخدم هذا النوع من الدفاع مدة طويلة ونتيجة للتحسن المثالي في الخبرة الفنية للمهاجمين أخذت المنطقة المسئولة عنها الدفاع تضيق وأخذ يزداد عدد المدافعين.

**دفاع رجل لرجل:** هو أن يراقب لاعب واحد من الدفاع لاعبا واحدا من الفريق الآخر وتعرف هذه الطريقة بالدفاع الفردي ولقد ظهرت مع ظهور طريقة الظهر الثالث وفرضت هذه الطريقة على المدافعين أن يواجهوا مسؤوليات أكبر ويستخدموا طرقا دفاعية أشد وأقصى وفي طريقة رقابة رجل لرجل ضعف واضح، كثيرا ما يستغله المهاجمون بأن يتبادلوا أماكنهم ليسحبوا المدافعين الذين يراقبونهم بعيدا من أماكنهم، لذا كان لا بد من تغييرات في تنظيم الدفاع هذه التغييرات هي تعرف بالتغطية.

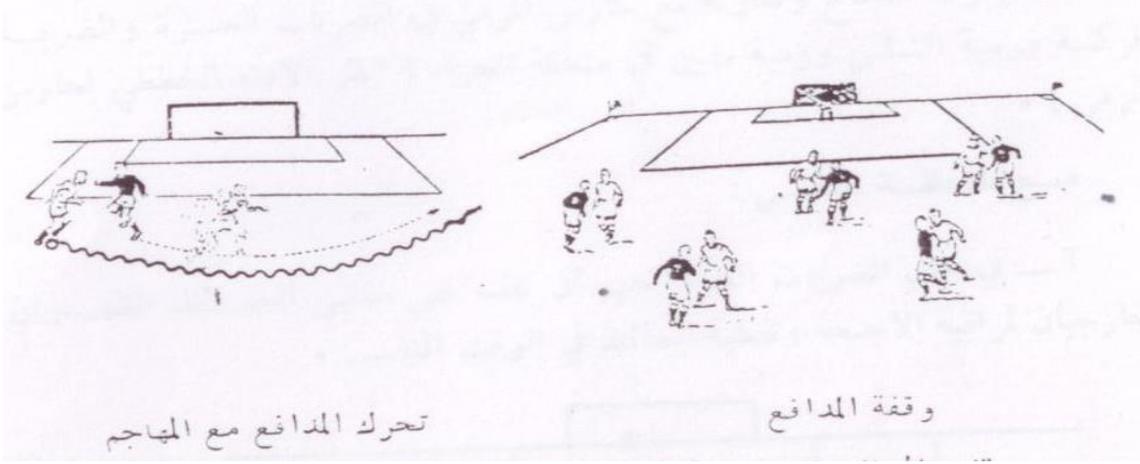
**الدفاع الجماعي:** هو اللعب الدفاعي الذي يشترك فيه لاعبان أو ثلاثة لاعبين لمقاومة إحدى الهجمات بالتغطية فيما بينهم، كما يلجأ اللاعبون اليوم نتيجة لتحليل إمكانات أفراد الفريق وأفراد الفريق المنافس إلى اختيار أسلوب آخر جديد للدفاع هو:

**الدفاع المشترك:** وهو خليط من دفاع المنطقة ورقابة رجل لرجل حيث يكلف لاعب بمراقبة اللاعب المنافس الذي يمتاز بإنهاء الهجمات وصناعة اللعب ويختار لهذه المهنة مدافع قادر على فرض الرقابة الصارمة في كل الظروف ويمتاز بالصفات البدنية والنفسية والخبرة العالية، هذا ويلجأ المدافعون الآخرون إلى دفاع المنطقة خاصة إذا كانوا أقل خبرة أو عند عدم تكافؤ الفريقين.

ويعتمد نجاح الطريقة المختارة للدفاع على الصفات البدنية والمهارية للاعبي الفريقين، لذا لا يلجأ المدرب إلى وضع خطط دفاعية تفصيلية قبل المباريات بل يقوم بتدريب المدافعين على المبادئ الأساسية لدفاع المنطقة ورجل لرجل حتى يكونوا قادرين على استخدامها كأفراد ومجموعة تبعا لظروف المباراة.

## المبادئ الأساسية لخطط الدفاع:

### 1- الوقفة الأساسية وتحرك المدافع:



- أ- يقف المدافع قريبا ما أمكن من المهاجم عند مهاجمته للمنافس قرب منطقة الجزاء واضعا جسمه مانلا بين المرمى واللاعب المنافس.
  - ب- يختلف بعد المدافع عن المهاجم تبعا لمكانه في الملعب فيكون قريبا منه إذا كانا قريبين من منطقة الجزاء وبعيدا نسبيا إذا كانا في وسط الملعب وعلى بعد 3-4م في حال وجوده في منتصف ملعب الفريق المنافس.
  - ت- يكون المدافع قريبا من المهاجم الذي يمتاز بالسرعة كي يستطيع أن يحد من خطورته بالعمل على استلام الكرة ولعبها قبل وصولها إليه.
- 2- المهاجمة الصحيحة للمدافع:
- أ- من أهم ما يجب ان يتصف به المدافع معرفته كيفية مهاجمة المنافس واستخلاص الكرة منه أو تشتيتها عنه في الوقت المناسب.

### ويجب مراعاة الآتي أثناء مهاجمة المنافس:

- أ- سرعة الانقضاض على الكرة.
- ب- يكون الانقضاض على الكرة في لحظة ابتعادها عن قدم المنافس.
- ت- تركيز المدافع نظره على الكرة وليس على جسم المهاجم.

### 3- التغطية السليمة للدفاع:

إن حسن التغطية بين المدافعين يعد الأساس في نجاح أية خطة دفاعية ونجد في جميع طرق اللعب الحديثة المتبعة حالياً إن كل مدافع مسؤول عن مراقبة المنافس المقابل ولكي تكون التغطية فعالة يجب مراعاة الآتي:

أ- إذا تعدد المنافس التحرك بالكرة بعيداً إلى مكان جديد بقصد إبعاد المدافع عن منطقتيه في هذه الحالة لا يتحرك المدافع خلفه بل يتبادل المراكز مع زميل له قريب.

ب- يجب على المدافع مراقبة مركز المهاجم وليس شخصه.

### 4- تطبيق الدفاع لمصيدة التسلل:

يلجأ الفريق المدافع إلى مصيدة التسلل في حال توالي هجوم المنافس وذلك للحد من خطورته. ويضبط تنفيذ هذه الخطة الظهير البعيد عن الكرة.

5- يجب على حارس المرمى توجيه المدافعين إلى مراقبة المهاجم الخالي أو التقدم للأمام ... وذلك لأن خط الدفاع الأخير، يمكنه رؤية جميع اللاعبين.

أ- يمرر المدافع الكرة للخلف إلى حارس المرمى عند الرغبة في التخلص السريع من الكرة وعدم المقدرة على تمريرها للاعب آخر أو الغرض خططي وفي هذه الحالة يفضل تمريرها الى جانبي المرمى حتى إذا لم يتمكن الحارس من مسكها لا تدخل مرماه.

كما ويكون تمرير الكرة إلى حارس المرمى سريعة وطويلة حتى لا يتمكن المهاجمون من اللحاق بها قبل الحارس.

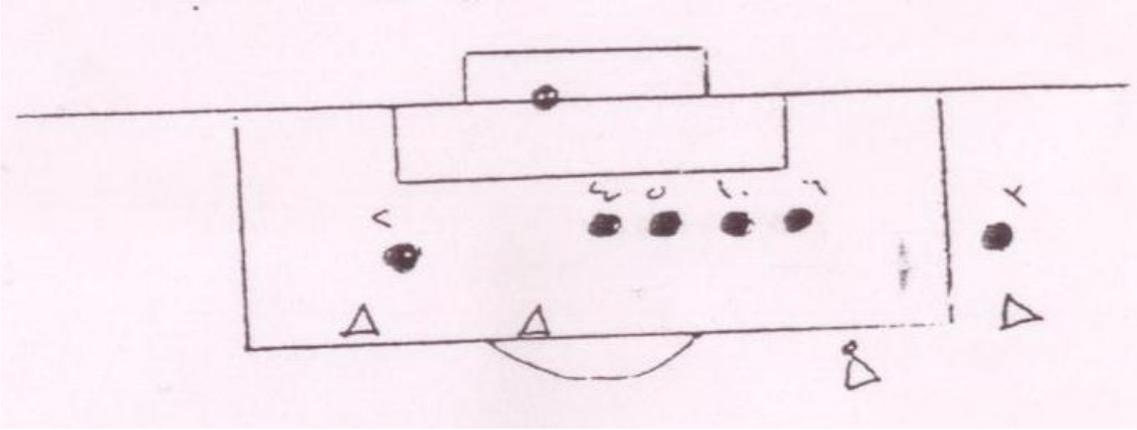
ب- يتعاون حارس المرمى مع المدافعين عند خروجه من المرمى أو الوثب للإمساك بكرة عالية بتغطية المرمى ومراقبة باقي المهاجمين، وعليه أن ينبه المدافعين عند وثبه حتى لا يثب معه الدفاع ويفلت المنافس من المراقبة.

## الخطط الدفاعية في الركلات الثابتة:

- لوقوف الدفاع وتعاونه مع حارس المرمى في الركلات الحرة والركلة الركنية ورمية التماس ورمية ما بين في منطقة الجزاء (انظر الأداء الخططي لحارس المرمى).

مع ملاحظة التالي :

- أ- في حال الركلات الحرة يجب أن يقف على جانبي الحائط الظهران الخارجيان لمراقبة الأجنحة وتغطية الحائط في الوقت المناسب.



- ويجب عمل الحائط بأقصى سرعة - ويجب وجود ثغرة فيه - والتحرك بسرعة بعد ضرب الكرة لتشتيتها بعيدا عن المرمى.

- ب- في حال الركلة الركنية: يجب على الدفاع تغطية الزوايا مع الحارس، ومراقبة هجوم الفريق المنافس وعدم إتاحة الفرصة لضارب الضربة بتمريرها للاعب لمراقبة أن يكون تشتيت الكرة إلى الجوانب وليس إلى وسط الملعب.

- ت- في حال رمية التماس: يراقب كل مدافع مهاجما مسؤولا عنه، مع تعيين مدافع خال التغطية
- ث- في حال ركلة الجزاء: يقف خط الظهر وبعض ساعد الدفاع حول منطقة الجزاء. كما موضح في الشكل.

