

إن علم التدريب الرياضي هو العلم الذي ينصهر بداخلة كل العلوم النظرية والتطبيقية وذلك لأن التدريب عملية معقدة ومتشابكة وليست سهلة ، فهو يعتمد على المدرب واللاعب والبرنامج وكافة العلوم الأخرى باعتبارهم أدواته لتحقيق الهدف ، ألا وهو الوصول بالبرعم لأفضل مستوى ممكن ، وذلك من خلال التخطيط الجيد لعملية التدريب ، ويتطلب هذا التخطيط الجيد إعداد برامج مقننه مبنية على أسس علمية تراعى مبادئ علم التدريب وشكل وطبيعة النشاط الممارس. ورياضة كرة القدم واحدة من الرياضات الجماعية التي تأثرت بشكل إيجابي بتطور العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي ، حيث تطورت اللعبة بشكل كبير عما كانت عليه سابقاً وأفرز هذا التطور للبراعم محددات بدنية ومهارية وخطية ونفسية واجتماعية تتناسب مع خصائص كل مرحلة سنوية في ضوء التخطيط للتعليم والتدريب لكل مرحلة.

ويرى **وين Wien (٢٠٠٥م)** أن التخطيط لتدريب البراعم في كرة القدم يهدف إلى إكسابهم المهارات الحركية الأساسية ، وكذلك تنمية وتطوير الصفات البدنية والنواحي المهارية والنفسية والاجتماعية الخاصة بهم من أجل الوصول إلى أعلى المستويات، وكذلك حتى يستطيع كل برعم أداء الواجبات المطلوبة منه.(٢٤ : ٤)

ويضيف **فان لينجن Van Lingen (١٩٩٧م)** أن تدريب البراعم والمبتدئين يحتاج إلى مدرب خبير ذو عين خبيرة لديه خبرات ومهارات وقدرات ويستطيع التعامل مع البراعم ويتقهم طبيعة المرحلة السنوية ونوع وشكل وطبيعة المهارات التي تتناسب مع قدراتهم، ومتى يتم إعطاء التعليمات أثناء الأداء واكتشاف الخطأ وأسبابه وكيفية تصحيح الأخطاء، كل ذلك في إطار تحقيق المتعة والسرور للبراعم والمبتدئين وهو هدف التدريب في المراحل الأولى والتي تركز على الممارسة وجذب البرعم لممارسه كرة القدم.(٢٣ : ١٣)

ويذكر **الإتحاد الآسيوي لكرة القدم AFC (٢٠١٣م)** من الملاحظ أن احتياجات اللاعبين الصغار تختلف عن الكبار، لذلك اختيار المدرب لنوعية التدريبات يجب ان تناسب امكانيات اللاعبين المهارية والذهنية، كما أن خصائص المرحلة السنوية تساعد المدرب أيضاً على اختيار التدريبات المناسبة التي تراعى النواحي البدنية والمهارية والاجتماعية والنفسية للمرحلة العمرية.(٢٦ : ١٣)