

تأثير التدريب بأسلوب المنافسة على بعض الخطط الهجومية الفردية لناشئي كرة القدم

د. محمد سعيد مصلى محمد*

• مشكلة البحث

تعتبر رياضة كرة القدم من الرياضات الجماعية التي تأثرت بشكل إيجابي بتطور العلوم المرتبطة بالمجال الرياضي وتطور أساليب وطرق إعداد اللاعبين بدنياً وفنياً ونفسياً وذهنياً، مما ساعد ذلك اللاعبين علي الإرتقاء بمستوى الأداء وتحقيق التفوق والإنجاز الرياضي، حيث تطورت اللعبة بشكل كبير عما كانت عليه سابقاً وفرض هذا التطور واجبات بدنية ومهارية وخطوية عديدة، كما أن تقارب هذه المستويات البدنية والمهارية والخطوية للناشئين قد أدى إلى صعوبة أداء بعض المهارات والواجبات أثناء المباراة، مما دفع المدربين والباحثين والدارسين والمهتمين بشئون اللعبة إلى الاهتمام بالبحوث والدراسات النظرية والتجريبية والبحث عن أساليب متنوعة ومتغيرة في التدريب تساعد على تحسين مستوى الأداء والارتقاء به للمستويات الرياضية العليا، حيث أنه من المعروف أن تدريب الناشئين يهدف في المقام الأول إلى تهيئتهم وإعدادهم للتقدم بمستواهم وتطوير قدراتهم البدنية والمهارية والنفسية وفقاً لخصائص المرحلة السنية التي ينتمون إليها.

ويذكر كلاً من إبراهيم شعلان وعمرو أبو المجد (١٩٩٦م) ومحمد كشك وأمر الله البساطي (٢٠٠٠م) وحسن أبو عبده (٢٠٠٨م) أن كرة القدم الحديثة يلعب فيها الأداء الفني المميز دوراً مهماً في تحقيق نتائج ايجابية لصالح الفريق ويؤثر تأثيراً مباشراً في عملية إتقان ونجاح الطريقة التي يلعب بها الفريق مما يؤدي إلى إرباك المنافس وعدم قدرته في السيطرة على مجريات اللعب والأداء وبالتالي يستطيع الفريق المهاجم ذو السيطرة الميدانية بفضل المهارات العالية للاعبين بأخذ زمام المبادرة والقدرة على الهجوم والوصول إلى مرمى المنافس وإحراز الأهداف، وكلما زادت درجة إتقان اللاعب للمهارات الهجومية والدفاعية كلما استطاع تركيز الجزء الأكبر من عمليات التفكير في خطط اللعب بشقيها، كما أن إتقان اللاعب للمهارات هام ورئيسي لتنفيذ وظائف اللعب بشكل سليم وفعال كما يقلل من حالات فقد الكرة أي التوازن بين الدفاع والهجوم وهي أكبر مشكلة في كرة القدم. (١ : ١٨) (١٠ : ٢١٠) (٤ : ٢٧)

ويرى مفتى إبراهيم (١٩٩٠م، ١٩٩٤م) أنه من خلال الهجوم يمكن للفريق أن يتحكم في مجريات أمور المباراة ويستطيع أن يضع المنافسين في مواقف حرجة مثل تهديده المتتالي لمرمى الفريق المنافس أملاً في الفوز بالمباراة، كما يضيف أيضاً أن الأداء الفردي لمهارات كرة القدم

* مدرس بقسم نظريات وتطبيقات الرياضات الجماعية ورياضات المضرب - كلية التربية الرياضية - جامعة بنها

أو تحركات اللاعب الفردية لا غني عنها في تنفيذ خطط اللعب الهجومية إذ يعتبر إتقانها عاملاً مهماً وضرورياً لإنجاح تلك الخطط وهي تعتبر بمثابة الوسائل الأساسية في تنفيذ خطط اللعب الهجومية وهذه الوسائل هي: التصويب ، المراوغة ، الجري بالكرة ، التحركات الفعالة للاعب.

(١٢ : ١٣١) (١٣ : ١٢٥)

ويرى كلاً من فلاديمير وأخرون Vladimir.etal (٢٠٠١م) ، برايد Pride

(٢٠٠٤م) أنه من أولى خطوات المدرب عندما يقود فريق هي التخطيط للبرنامج التدريبي مع مراعاة المرحلة السنية والمستوى البدني والمهاري والخططي وعدد مرات التدريب الأسبوعية وزمن الوحدة وتوقيت التدريب وعدد الأسابيع ثم اختيار التدريبات التي تتناسب مع قدرات الناشئين حتى لا يتعرضون للإجهاد ومن ثم هبوط المستوى والبعد عن الهدف المراد تحقيقه ، والوصول بالبرعم إلى الأداء الرياضي الجيد يتطلب إعداداً متكاملًا من النواحي الفسيولوجية والمهارية والخططية والنفسية حتى يتسنى للناشئ القدرة على المنافسة ، لذلك يجب على كل مدرب أن يكون ملماً إماماً كاملاً بخصائص التدريب.(١٩:٣٤)،(١٨:٤٦)

ويضيف كلاً من رائد صقر(٢٠١٥م) ، وسام طعيمه (٢٠١٦م) أن أسلوب المنافسة أحد

الأساليب التي تساعد علي التقدم بالمستوي المهاري والبدني في نوع النشاط الرياضي فلا يخلو أي نشاط رياضي من المنافسة سواء جماعي أو فردي حيث يعتبر نوع من أنواع الاختبار لكفاءة الفرد واستيعابه للمهارات والتدريب حيث يساهم في معرفة الفرد لمستواه بالنسبة لمنافسيه، وتمارين المنافسة كشكل تدريبي يهدف إلي الارتقاء بمستوي أداء المباراة فهي تتشابه مع المباراة إلا أنها تختلف عنها في بعض خصائص الأداء إذ ان الهدف الرئيسي من أدائها هو التدريب علي أسلوب أداء المباراة والتدريب علي مواجهة كافة المتطلبات الفسيولوجية والنفسية والخططية التي يواجهها اللاعب أثناء المباراة.(٧:٥)،(١٤:٤)

وأسلوب المنافسة يهدف إلى الجمع بين تعلم أداء اللعب الخططي وتطوير المهارات الفردية من خلال تطوير القدرة على استخدام المهارات الأساسية وممارستها في حالات مشابهة لحالات اللعب ، ولذلك لا بد من توفير بيئة للتدريب على المهارات الأساسية وينفس الوقت تطبيقها في حالات لعب واقعية، والابتعاد عن بعض الأساليب القديمة التي تعتمد على تدريب المهارات وإتقانها ثم تعلم خطط اللعب بالتعاقب، لذا يتجه المدرب إلى تعليم اللاعبين كيفية استخدام تلك المهارات في أثناء اللعب من خلال تنفيذ هذه المهارات ضمن واجبات خططية " تمارين خططية مهارية معا " ، مما يعطي للاعب الفرصة لبناء برنامج حركي متكامل للمهارات واستيعاب كيفية استخدامها في التوقيت الصحيح والسيطرة والتحكم بالأداء أثناء مجريات اللعب، وهذا لا يمكن الوصول إليها إلا من خلال الحالات التي مرت على اللاعب أثناء أدائه التمارين الخططية.

ومن خلال متابعة الباحث للعديد من المباريات والتدريبات المختلفة ومن خلال خبرات الباحث كلاعب وعمل الباحث كمدرّب للناشئين بنادي بنها وجد تفوق بعض الفرق علي الأخرى وربما حسم نتيجة المباراة قد يرجع إلي قدرة الفرق على استغلال الأساليب الخطئية المختلفة خلال المواقف التي يتعرض لها الفريق لأنه حينما تتباري الفرق في إحدى المسابقات ربما وأن تتساوي بدنياً ومهارياً ويكون الفارق الحاسم هو أداء وحل اللاعب للمواقف التي يتعرض لها واستخدام حلول أو وسائل فردية ، وهذه المواقف يتم التصرف فيها بأساليب عديدة منها التمرير والتصويب أو المراوغة أو الجري بالكرة وغيرها كوسائل للتغلب على دفاع الفرق المنافسة ، وبالرغم من أن اللاعب يمتلك أداءً فنياً جيداً ويتقن مختلف المهارات إلا أنه لا يتمكن من إنجازها أثناء مجريات اللعب تحت ضغط المنافسين حتى يستطيع التغلب على الخطط الدفاعية وتنفيذ الواجب الهجومي المطلوب منه على أعلى مستوى وبشكل مؤثر الأمر الذي يؤثر بالسلب على الفريق وكذا على نتائج المباريات ، حيث يفاجئ اللاعب بالمواقف التي تفرض عليه أثناء المنافسة فلا يجيد التصرف فيها بشكل سليم، ويرى الباحث أن ذلك يرجع لوضع اللاعبين تحت ظروف ثابتة نسبياً أثناء التدريب على مختلف المهارات أو الوسائل الهجومية الفردية فمواقف اللعب المتنوعة التي تتغير أحداثها باستمرار تفرض على اللاعبين استخدام الوسائل الفردية للخروج من هذه المواقف ، لذا نجد أن إمتلاك الناشئ لأشكال متنوعة من هذه الوسائل بما يتشابه مع متطلبات المباراة يتيح له اختيار أفضلها وإنجازها وفقاً لموقف اللعب ومن ثم زيادة قدرته على تنفيذ الواجبات الهجومية على أعلى مستوى وبشكل مؤثر لذلك حاول الباحث الاعتماد على أسلوب المنافسة والذي يشبه ما يحدث في المباراة من مواقف متنوعة ومختلفة ويقدم له حلولاً ويضعه تحت ضغط المنافس خلال المباراة أو التدريب وفي نفس ظروف المباراة وهذا ما يتطابق ومتطلبات اللعب الحديث للناشئين ، من هنا ظهرت مشكلة البحث وهذا ما وجه نظر الباحث لاستخدام هذا الأسلوب مما استدعى القيام بوضع برنامج تدريبي مقترح باستخدام أسلوب المنافسة ومعرفة تأثيره على بعض الخطط الهجومية الفردية لناشئي كرة القدم .

• هدف البحث:

التعرف على تأثير التدريب بأسلوب المنافسة على بعض الخطط الهجومية الفردية لناشئي

كرة القدم ويتحقق هذا الهدف من خلال:

- 1- التعرف على الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة ونسب التحسن في مستوى بعض الخطط الهجومية الفردية لناشئي كرة القدم للمجموعة التجريبية قيد البحث.
- 2- التعرف على الفروق بين متوسطات القياسات القبلية والبعديّة ونسب التحسن في مستوى بعض الصفات البدنية لناشئي كرة القدم للمجموعة التجريبية قيد البحث.