

تدريب التكتيك/ د. موفق مجيد المولى

باب من كتاب في تدريب التكتيك

تطرفت في كثير من كتبي السابقة لطرائق تطوير التكتيك والتكتيك واللياقة البدنية بكرة القدم وإلى الآن لا توجد رؤيا واضحة للطريقة الأفضل لتطوير المهارات التكتيكية للاعبين كأفراد وكفريق ليصبحوا وحدة قوية داخل الساحة. علينا أن نعرف أولاً بأن هدف التدريب التكتيكي هو تحسين اختيار اللاعب لردود أفعاله في وضعيات اللعب المختلفة خلال اللعب علماً بأن الأداء التكتيكي للاعب يعتمد على:-

المعرفة التكتيكية

المهارة التكتيكية

القابلية التكتيكية

من أجل تطوير المهارة التكتيكية للاعبين فمن المهم أن يكون عندهم فهم راسخ للنقاط الثلاثة الواردة أعلاه فالمعرفة التكتيكية هي معرفة متراكمة في حقول مثل أنظمة اللعب و القواعد الأساسية للعب التكتيك وأسس الفريق أما المهارة التكتيكية فهي الأفعال , والتي من خلال التدريب, يطبقها اللاعب بشكل أوتوماتيكي بعد إشارات أو محفزات معينة ويشبه هذا ببرنامج - إن استجاب بكفاءة في وضعيات معينة- فان قابلية اللاعب التكتيكية تكون حاضرة في اللعب ويكون اللاعب قادر على الفعل و اختيار رد الفعل المناسب.

تحليل المعلومات

تؤكز العملية الإدراك- الحسي خلال اللعب على الطريقة التي يستخدم فيها اللاعب المعلومات وعلى كيفية تحليل تلك المعلومات وهذه الطريقة تمر في أربعة مراحل وهي؛ الإحساس ثم التوقع ثم اختيار الفعل وأخيراً التغذية الراجعة. يكون لاعب كرة القدم الجيد ذا إحساس عالي أي امتلاكه لقابلية فهم وتحليل وضعيات اللعب بسرعة عالية وهذه القابلية تتطور من خلال التفسير الفوري وخبرات الوضعيات التي لا تعد ولا تحصى وتعتبر الذاكرة والخبرة مً طلبات أولية مهمة للحصول على قابلية التوقع فجمع الخبرات الكثيرة من خلال الوقت تخلق عند اللاعب الأساس لقراءة المباراة ومع ذلك, فان هذه الصفة لا تعني عدد المباريات التي نفذها اللاعب فقط بل تبني على التدريب المتكرر للوضعيات التكتيكية المختلفة لفترة زمنية مركزة وعلى المدرب أن يضع ذلك في ذهنه عند تطوير الأفعال التكتيكية أو عند تقديم الجديد منها وفي هذا السياق يقول (جيمس بانكسلو)* في كتابه أنظمة وإستراتيجيات كرة القدم {إذا أعطى المدرب شأن لتدريبه في وضعيات لعب واقعية وبتركيز من العمل على مواصفات تكتيكية خاصة ولفترات زمنية قصيرة فان اللاعبين سيحصلون وبسرعة عالية على قابلية تقرير الفعل خلال المباراة ومن أجل تقوية اختيار القرارات الصحيحة يعمل المدرب على تزويد اللاعبين بالتغذية الراجعة (feed back) لنتيجة ردود أفعال اللاعبين } وهذا يعني بأن بإمكان اللاعب نفسه تقييم الفعل المناسب وأضافته لبنك معلوماته وعندما يتدرب اللاعب على نماذج تكتيكية جديدة فمن المهم للمدرب تقديم نوعية جيدة من المعلومات الراجعة والتي تكمل وتدعم خبرات اللاعب.

خلق الرؤيا والمعرفة التكتيكية

• تكمن القابلية التكتيكية للاعب في اختياره للفعل في وضعية لعب معينة وعليه يجب أن يؤخذ في الحسبان وفي كل تدريبات التكتيك الحقيقة القائلة بأن { على اللاعبين اتخاذ القرارات خلال المباراة} وبذلك تستحدث الحاجة للعمل من خلال الإحساس ومن ثم التقييم ومن ثم تنفيذ الفعل ومن الممكن دعم عملية التعلم هذه من خلال عدة طرق تمكن المدربين من استحداث فهم ورؤية في الفرص التكتيكية باستخدام التمارين النظرية والتدريب العملي.

• يساعد الاختبار التكتيكي الذي يمثّل بعض المهارات أو الأسس التكتيكية لمبدأ العمق في فهم المعنى الأساسي لمحتوى العمق في بقية العمل التكتيكي للفريق فيمكن للمدربين تسليط الضوء على المفاتيح الرئيسية باستخدام اللوحة أو دمج ذلك مع استخدام الفيديو بحيث يستطيع

اللاعبون مناقشة الأساليب التي تجعل الفريق يُفضل استخدام عمل مُفضل بطريقة إيجابية أما التدريب العملي فهو صاحب الأولوية في تأسيس العمل التكتيكي والذي يحتوي على التدريب واللعب والذي يضرع تنويع وزيادة متدرجة على {مهارة الإدراك الحسي} للاعبين.

• يُفضل خلال العمل على عنصر تكتيكي ما أن يكون البدء بالتدريب واللعب معتمداً على الأساس والذي يتطور بتدرج ليصبح أكثر تقدماً مما يدعوني التركيز على أهمية أن تنتهي التمارين بشكل مقارب لوضعيات اللعب التي تحتوي على خيارات متعددة يُنتج عنها الأشكال المثالية للفعل.

• عندما نقدم نظام لعب جديد أو عندما نتدرب مع لاعبي ن جدد فيمكن للمدرب البدء باللعب (11 ضد 4) في كامل الساحة كما هو الحال في نادي (أي سي ميلان) وغيره من الأندية التي تستخدم هذه الطريقة في اللعب لفترة قصيرة ليعتاد اللاعبون الجدد على نظام لعب الفريق وعلى المدى الطويل يعمل المدرب على ربط سلسلة المفاهيم التكتيكية بحيث تكون هناك فرصة حقيقية لبناء الخبرات ونوعية ما من النظام على أشكال من ردود الأفعال. إن التعليم أو التدريب الهادف لخلق أشكال مستقرة للفعل سيكون ذا تأثير فقط عندما يكون جزء من عملية منظمة ومستمرة فيعمل المدرب على استخدام طرائق تعليمية مختلفة لدعم عملية التعلم وهذه الطرائق مشروحة بتفصيل في الفصل القادم من الكتاب وواحدة من الحقائق المعروفة لكل تلك الطرائق هي التخاطب بين المدرب واللاعبين فبينما تكمن الفروق بالغالب في الأفكار المنوعة لدور المدرب التعليمي فيكون دور المدرب القيادي كدليل مهم فيما يتعلق بالتدريب التكتيكي مما يتوجب أن تحتوي الألعاب والتدريبات التكتيكية على هدف واقعي يهتم المدرب بشرحه ويهتم اللاعبون بفهمه لنجاح تأثيره في المدى الطويل.

• تعتبر مناقشة (المشاكل التكتيكية) وحلولها عملية ناجحة وبجانب الوقت وهنا علينا التفكير في إيجاد تلك الحلول التي تأخذ في الاعتبار اللاعب كفرد والتي تهدف لمشاركة هذا الفرد لمسئولياته مع الفريق وهذا النوع من الطرح يمكن أن يحدث كذلك في اجتماعات الفريق.

رصد مقاطع لأشرطة الفيديو

• إن مشاهدة مباراة فريقنا أو الفريق الخصم عن طريق الفيديو جزءاً مهماً من التدريب التكتيكي حيث يتم التركيز على وضعية تكتيكية معينة منتقاة بعناية لإنعاش وللتأثير في الفهم التكتيكي للاعبين فيعمل المدرب على رصد الوضعيات التكتيكية المهمة بالنسبة للفريق مع ضمانه لتركيز واهتمام عالي من قبل اللاعبين ليكون التأثير واضح في اللاعبين مما يتطلب من المدرب مهنية ما يريد عرضه ولكم من الوقت.

• من المهم تحديد زمن مشاهدة شريط الفيديو لأسباب تتعلق بتحفيز ودعم اللاعبين وقد أثبت بحث ألماني عدم رغبة اللاعبين المحترفين في صرف وقت طويل في مشاهدة أشرطة الفيديو والذي فسّر بالحقيقة القائلة بأن (90%) لما يشاهدونه غير متصل بهم لأن هناك تغيير كثير في سرعة الشريط ومواقع الحدث تجعل اللاعبين فاقدين لانتباههم وتحفيزهم.

• يعتبر التحليل مهم جداً وحاسم بالنسبة للمدرب وباستخدام الجدول (1) يمكن للمدرب من خلاله تقديم العون التكتيكي للاعبين خلال المباراة فيبدأ المدرب بكتابة نقاط القوة والضعف ويؤمن محتوى التدريبات القادمة بناء على ذلك التحليل مما يُمكن المدرب من العثور على المقاطع التي يرغب في عرضها على لاعبيه أو في استخدامها لتدريب اللاعبين ولهذا تعتبر ألعاب الكرة الثابتة ووحدة التراص بين مجاميع اللاعبين وتحليل الأداء الفردي من المفاتيح المهمة التي يجب أن تواقب كأشكال تكتيكية وكذلك أداء حارس المرمى الذي يكون بداية جيدة للتحليل.

تحديد نوعية التكتيك وتعديلاته

• إن تكتيك الفريق هو الحصول على الطرق الأحسن لاستخدام مبادئ التكتيك الأساسية وتقرير الأفعال التي تمنح أحسن الخيارات الدفاعية والهجومية. الفريق الجيد بكرة القدم هو

الفريق الجيد التنظيم وهذا أحد مفاتيح النجاح بالكرة الحديثة والذي يتساوى مع بناء خططي جيد وأساس واضح لتوزيع اللاعبين.

● ينظم اللاعبون بكرة القدم في تشكيلة للعب ودائما ما تصبح تشكيلة الفريق البطل مدرسة لطريقة لعب الفرق الأخرى وهذا ما يعرف بتأثير الاستنساخ وهناك تأثير آخر نشأ حينما يضع المدرب بعض التغييرات والتعديلات الممكنة على تشكيلة وطريقة لعب الفريق الأساسية وعند العمل على تطوير وتنظيم الفريق فإن الصفة المهمة هي معرفة الأسس فالكل يعلم أن المدرب يمتلك بعض الأفكار للطريقة التي تُعب فيها الكرة وكيف على الفريق أن يلعب الكرة ولكن على الطرف الآخر ويكتشف المدرب كم من الصعوبة تمرير تلك الأفكار للاعبين ليس فقط بسبب إمكانياتهم ولكن بسبب محدودية الوقت.

● إن تطوير التنظيم عملية ثابتة للعبة كجرح الحبل بين ما يريده المدرب وبين ما متوفر من الفرص الحقيقية للأداء فيمكن الاتفاق على أن هنالك طريقتين رئيسيتين لتطوير النظام فواحدة تتخذ من حالة اللاعبين قاعدة لها وتضع الثانية أولوية على نظام اللعب نفسه وتجلب أو تطور اللاعبين لملائمته وهذا الأخير هو مفهوم نادي (أجاسكس أمستردام) في التطور بينما يمكن أن تُشير إلى نظام لعب المنتخبات كالبرازيل الفائز بكأس العالم (1994) أخذين في الاعتبار الإمكانيات التي يملكها الفريق وفي كلا الحالتين يكون المرجع النهائي للحقيقة القائلة بأن (اللاعبين من يصنع الفوز وليس أنظمة اللعب).

● تمر طريقة اختيار التكتيك بمراحل أو تتصل بلدوار متسلسلة أحاول إيجازه :-

1 - دور المدرب قبل المباراة: 📌

● القرارات التي يتخذها المدرب لاختيار نقاط التكتيك القوية لتتحد مع طريقة لعب الفريق خلال تعتمد المباراة على:-

○ إمكانيات الفريق: 📌

○ إن معرفة قابلية اللاعبين الفردية لفريقنا عامل حاسم عند العمل على تكتيك الفريق لأن على المدرب أن يكون متعايش مع المستويات الفنية للاعبين وكذلك القابلية البدنية ومستوياتهم العقلية والمشكلة الكبرى تحدث عندما تكون خطط المدرب التكتيكية خارج حجم إمكانيات لاعبيه.

○ إن الكتابة عن تكتيك كرة القدم سهل المنال لكن تطبيق التكتيك يحتاج للكثير من التمارين وحين يكون هنالك خطأ في الكتابة فيمكن أن يكون الثمن قليل ولكن الخطأ في الساحة يكون باهظا وعليه فأنتني أنصح المدرب العربي بتقييم نقاط القوة مع مصادره التكتيكية وباستمرار فيكون بعض المدربين خطباء في التكتيك بينما في ساحة التدريب والتهيؤ للمباراة فإنهم يفعلون القليل ومثل هؤلاء المدربين ستكون فرص نجاحهم في برامج التحليل التلفزيونية أكبر منها في ساحة التدريب واللعب

○ المعرفة بالفريق الخصم: 📌

○ يمتلك المدربون في المستويات العليا معلومات كاملة عن الفريق الخصم وهذا جزء مهم من الإعداد خلال مرحلة تقرير التكتيك ولكن المهم أن ينتبه المدرب عند تقييم المعلومات فليس من الضروري ان يأخذ المدرب بالاعتبار كل ما فعله الفريق الخصم في آخر مبارياته أو تقويم كل المحتوى عند النظر لتكتيك الخصم ولكن الشيء المهم هو في تحديد الحقائق التي تكون مهمة لتقوية خيارات فريق المدرب دفاعيا وهجوميا وسأوضح مثلا على ذلك باختصار قاعدة رصد الفريق الخصم العائدة لمدرّب منتخب الدنمارك (سهب بويينيك)

○ الظروف الخاصة: 📌

○ أما أن تكون هذه الظروف الخاصة خارجية أو داخلية أما الداخلية على سبيل المثال فتتعلق بأهمية المباراة بالنسبة لموقع الفريق في الدوري فالفريق الذي يضطر لإجراء تغييرات في تشكيلته الأساسية بسبب بعض الإصابات عند لاعبيه سيعاني كثيرا في تكتيكة العام أم الظروف الخارجية فترتبط بحالة أرضية الساحة والجو أو زاوية ميل الشمس في الشوط الأول والثاني طبقا لحارس المرمى.

○ تغذية الفريق الراجعة (معلوماتية):

○ إن اللاعبين هم الذين يعيشون مع القرارات التكتيكية ولهذا فمن المهم اتخاذ القرارات المرتكزة على المعرفة المتوفرة عندهم فترتفع المسؤولية المتعلقة بتلك القرارات طردياً مع التأثير الذي يتركه اللاعبون في العملية التعليمية حيث يضمن هذا التأثير ظهور الأهداف التكتيكية للفريق بصورة واقعية وقابلة للتطبيق.

○ إن تقديم التكتيك يكون من اهتمام المدرب ولكن النقاش فيه سيسهل من استخدامه وعلى المدرب تقديم وتوضيح التكتيك للمباراة القادمة بشكل مبكر كلما أمكن وهذا يضع تدريب الحقائق الفردية في الاعتبار عند المباراة القادمة وفي هذا ال سياق يقول المدرب السابق لمنتخب ألمانيا (أضرب المسمار هنا في الرأس: فبعد المباراة يكون قبل المباراة)

2 - دور المدرب خلال المباراة:

● عندما يدخل اللاعبون لساحة اللعب فهم يدخلون بثقة المدرب وثقتهم أنفسهم لتطبيق التكتيك الصحيح ولا يكون التكتيك مُؤكداً النجاح ومن الممكن تعديله أو تغييره خلال شوطي المباراة أو بينهما وهذا الكلام مهم في فترة الاستراحة وهذه قضية تتعلق بتصحيح الاستجابة لأحداث الشوط الأول ولهذا أصبح من المهم جداً صياغة تكتيك الشوط الثاني طبقاً لخبرات الشوط الأول لكي يدعم الفريق نقاط قوته ويستغل نقاط ضعف الفريق الخصم فليس من المعقول التحول من الخط التكتيكي للفريق من التركيز على لعب الأجنحة خلال الشوط الثاني إذا كان هذا اللعب منحنا التفوق على خصمنا في الشوط الأول وهياً لنا فرص التسجيل لنخرج فائزين بهدف أو هدفين وسيكون من الجنون هذا التغيير إذا كان مدرب الفريق الخ صم أعمى من هذه الناحية وعلى نفس الإيقاع يمكن القول بأن الاستمرار على اللعب بالتركيز على الأجنحة خلال الشوط الثاني سيكون ضرب من الجنون إذا كان الفريق الخصم قد أفضل كل محاولاتنا الهجومية الجانبية عن طريق كفاءة مدافعيه وحارس مرماه في الدفاع عن الكرات العكسية إنها معركة متحركة بحاجة لتغيير صفحاتها بين الفينة والفينة.

3 - دور كابتن الفريق:

● يُهَنح الكابتن الدور المركزي كحلقة اتصال بين اللاعبين والمدرب فمن خلاله يمكن للمدرب تعديل خطته التكتيكية على الرغم من سماح القانون للمدرب من إعطاء تعليماته للاعبين خلال اللعب مُذكراً بأهمية التعليمات اللفظية من على خط التماس وباستحالة ذلك في بعض الوضعيات وفي هذه الحالة يستخدم المدرب لغة الإشارة للتخاطب مع لاعبيه بمفردات تكتيك كرة القدم وليس بمفردات أخرى فهناك مدربين يكثرون من المخاطبة اللفظية طوال شوطي المباراة وهناك بعض منهم ممن يستخدمون لغة الإشارة لفعل ذلك فليس من المعقول استخدام أسلوب المخاطبة اللفظية خلال مباراة يحضرها حشد كبير من الجمهور يستخدم طرائق متعددة للتشجيع كالطبل والمزامير والأغاني الصاخبة وتكون البدائل في هذه الحالة التخاطب بالإشارة وهنا يكون دور الكابتن أهم من دور المدرب على أن لا يمنع ذلك بقية اللاعبين من القيام في نفس دور الكابتن ولكن عدم وجود انضباطية في ذلك قد يكلف الفريق الكثير نتيجة لانسحاب اللاعبين من مراكزهم لاستلام التعليمات من المدرب.

مراقبة الخصم خلال المباراة (شريط الفيديو)

نظام اللعب: 2-4-4	3-3-4	2-3-5
تركيز دفاعي أم هجومي	مراقبة منطقة	مراقبة رجل لرجل
طريقة اللعب: فنية	قتالية	طبيعية
تمرير طويل	تمرير قصير	عدائية
تنظيم الدفاع: منطقة	رجل لرجل	لاصقة
متراجعة	مندفة	ضحلة
لعب الوسط: تبادل الجهد	صانع ألعاب	تسلل
لعب الهجوم: لعب دون كرة	لعب على الأجنحة	

مراحل اللعب الدرجات التصويب ركض التداخل اسناد
الكرات الثابتة: الضربات الحرة ضربات الزاوية
الجدار ضربات الجزاء رمية التماس
القابلية البدنية: الشوط الأول الشوط الثاني
الأفراد: الشخصية فنية مقاتلة السرعة الدرجة
التمرير خطورة أمام الهدف
الجدول (1) قائمة رصد المباراة لمدرّب منتخب الدانمارك
أنواع تدريب التكتيك وتنظيم التمارين

نقاط مهمة: 

❖ هناك مقولة مهمة تؤكد على أن النظري شيء والعمل شيء آخر مختلف كلياً في كل تطبيقات التعليم:

❖ يتعلم اللاعبون بعض المفاهيم التكتيكية بأنفسهم من خلال اللعب ولكن إذا رغب المدرب في جعل هذا التعلم للمدى البعيد لأجل التطوير والنقد فلا بد من العمل المنظم ولا بد للمدرب العربي بأن يتذكر مراحل التطور التي يمر بها اللاعب فهناك أنواع معينة من التدريب تكون أكثر تأثيراً من غيرها في التركيز على عملية التعلم مما يتطلب منه البحث الدائم عن هذه الطرائق بجديّة وبهم ومحاولة تطويرها واختيار ما يناسب أعمار وخبرات لاعبيه وسأكتب في هذا الفصل عن أنواع مختلفة من التدريب والتنظيم ليتمكن المدرب من استخدامها بعمله اليومي.

النوع الأول: التدريب التوضيحي

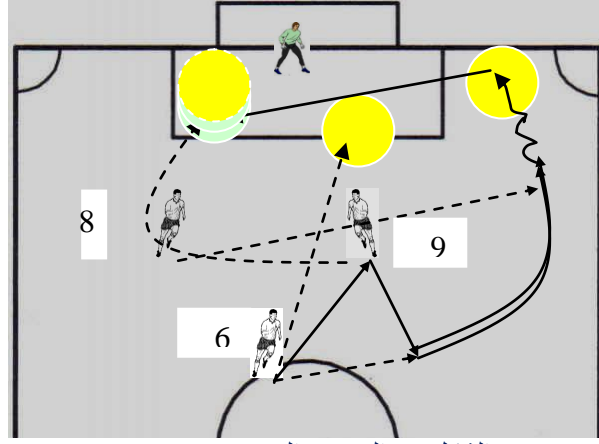
⊕ الطريقة: تُنفذ بتطبيق أشكال وأفعال حركية معروفة.

⊕ الهدف: يتكرر ردود الأفعال بمفهوم الحركات والمهارات لوضعيات معينة.

⊕ الإستخدام: تعتبر عملية تكرار الحركة عدة مرات عامل حاسم في تثبيت أشكال ردود الأفعال الخاصة وهذا النوع من التمارين يستخدم في حالتها تدريب التكتيك والتكتيك وفي الغالب بدون ضغط أو مع الضغط القليل لتكون هذه فرصة الانتباه للتفاصيل والوقت بين نشاطات اللعب وعلى الخصوص في التدريب التكتيكي ويميل هذا النوع من التدريب ليكون أكثر تأثيراً بتطوير العمل الجماعي للاعبين اثنين أو ثلاثة فيمكن للمدرب استخدام التدريب التوضيحي كتمارين تكرر أو كمقدمة لتمارين أكثر تعقيداً.

⊕ نقاط التدريب: يكون هنالك ميل {عند تكرار التمرين} لتباطؤ الحركة وعلى المدرب تجنب ذلك لأن تقليل سرعة التمرين يقلل من تأثير التمرين باللاعبين.

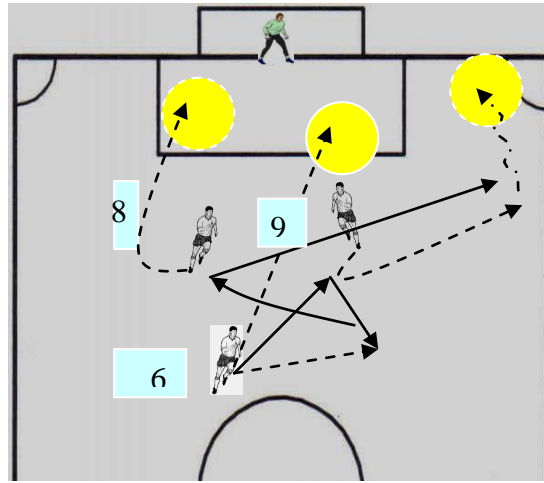
⊕ يتقدم لاعب الوسط (6) الحائز على الكرة ليتبادلون الكرة بطريقة هات وخذ مع المهاجم (9) وفي نفس الوقت ينطلق اللاعب المهاجم الأول (9) وللعמוד البعيد بينما يمرر اللاعب الوسط كرة قوسية لمنطقة الجناح الأيمن للمهاجم الثاني (8) الذي انطلق قطرياً من جهة اليسار لجهة اليمين لاستلام الكرة هنالك ليتقدم بنا نحو خط الهدف لتنفيذ مناولة عكسية للاعبين داخل منطقة الجزاء, لاحظ الركض القوسي للمهاجم (9) و الركض المستقيم للاعب الوسط (6) والركض القطري للمهاجم (8) لاحظ الشكل (1)



الشكل (1) التدريب التوضيحي

⊕ من المهم في مثل هذه التمارين تحديد المناطق التي من المفترض ان يتحرك فيها اللاعبون بواسطة علامات صغيرة لستخدام لفترة قصيرة ومن ثم تُرفع من مكانها لمنح اللاعب فرصة إدراك الفراغ الذي يعمل فيه وقد أُشرت هذه المناطق في الأشكال بدوائر ملونة.

⊕ لا يتوقف تنفيذ الجملة التكتيكية الأولى عند هذا الحد بل يجب تطوير التمرين لتنفيذ الخيارات التكتيكية المحتملة أي منح اللاعبين فرص اتخاذ قرارات أكثر لأن الحل الواحد يثقل العمل التكتيكي خلال وضعية اللعب الواقعية مُذكرا بأن زمن التطبيق يجب أن لا يزيد عن 10 دقيقة لكل جملة تكتيكية وخيار تكتيكي فيكون الخيار التكتيكي الثاني (الشكل 2) بتنفيذ نفس التمرين ولكن المهاجم رقم 9 هو من يتحول للفراغ في منطقة الجناح بعد لعب الكرة للاعب الوسط والذي يعيدها للمهجم رقم 10 وهذا الأخير يمرر الكرة للاعب 9 في منطقة الجناح مع ملاحظة الركن القوسي لكل من المهاجمين لتنتهي الكرة معكوسة من قبل المهاجم الجناح 9 لمنطقة الجناح

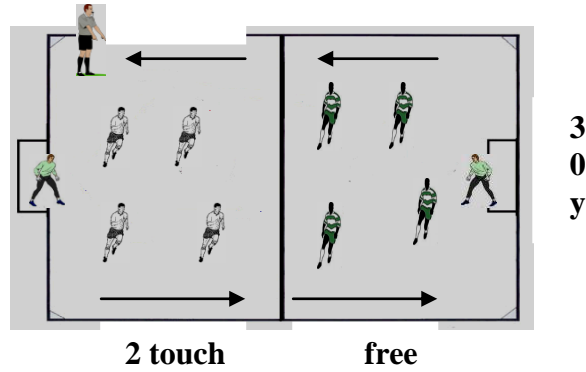


الشكل (2) تطوير التدريب التوضيحي


⊕ لا بد من التذكير بعدم تطوير مثل هذا النوع من التمارين لأكثر من ذلك لأنه سيتسبب في ملل اللاعبين وحينما تكون هناك حاجة لتطوير أكثر فينفذ في وحدات التدريب القادمة وفي كثير من الأحيان يقع بعض المدربين في خطأ تدريبي كبير بتركيز التدريب على لاعبي الهجوم الأساسيين وعدم منح الفرصة لبدائلهم في المشاركة وتوصيتي أن وضع المهاجمين البدلاء في التمرين سيكون عامل منافسة كبير في تطبيق المفردات ويمنح الجميع فرصة متساوية في التدريب.

النوع الثاني: اللعب المشروط

- ⊕ الطريقة: 
- ⊕ يضع المدرب شروط معينة لتنفيذ التدريب أو اللعب.
- ⊕ الهدف: 
- ⊕ تغيير قواعد اللعب أو خيارات اللاعبين لتنفيذ أشكال حركية معينة يؤدي لتكرار كثير لتلك الأشكال الحركية.
- ⊕ الاستخدام: 
- ⊕ يستطيع المدرب خلال مراحل التقديم والتثبيت لبعض المهارات التكتيكية الخاصة بتكثيف العمل على اللاعبين من خلال مراقبة موضوع التدريب ووضع الشروط التي تحقق ذلك الموضوع وطبقا لهدف التدريب قد يكون الشرط تغيير في أبعاد الساحة أو اللعب بعدد محدد من اللمسات على الكرة.
- ⊕ الفعاليات: 
- ⊕ تكوير الصفات الفنية والخطوية والبدنية حيث المتغيرات في أدناه:-
- ⊕ الساحة  الحجم  الشكل  السطح
- ⊕ الأهداف  النوعية  الموقع  العدد
- ⊕ التكرار  الحجم  الوزن  العدد
- ⊕ اللاعبون  العدد فرقا  إزملاء والخصم  زيادة  النقصان
- ⊕ القانون  المسموح  الممنوع
- ⊕ يصعب على أكثر المدربين الجدد تصميم تدريب مشروط محقق لهدف التدريب ولكن بزيادة الخبرة في مجال {الشروط الجديدة تخلق تمارين جديدة} فإن إنجاز هؤلاء المدربين يصبح أحسن بدلا من استنساخ تدريبات غيرهم من المدربين .
- ⊕ نقاط التدريب: 
- ⊕ يحتاج اللعب المشروط لوقت جيد ليحدث التأثير لأن اللاعبين بحاجة للوقت لأجل التطبع للعب قبل الحصول الكامل على ثمار التدريب ويصح المدرب بالأحاطة بإدخال تعديلات رئيسية كثيرة خلال اللعب لأن ذلك يربك اللاعبين.



الشكل (3) اللعب المشروط

- ❖ نموذج: 
- ❖ اللعب (4ضد4) في مساحة لعب (30×40) ياردة بوجود حراس للمرمى وينفذ اللعب تحت شرط اللعب من مرتين في ساحتك واللعب الحر في ساحة الخصم كما يمكن التقدم بشرط اللعب بلمسة واحدة في ساحتك وبلمستين في ساحة الخصم كما هو واضح في الشكل (3).
- ❖ في هذا النوع من التدريب نحتاج لوقت أكثر مقارنة بالتدريب السابق وتكون مدة (20) دقيقة كافية جدا قبل الانتقال لتطوير التمرين علما أن البعض يرى بتوقف التدريب عند هذا الحد بينما أرى أنا شخصا أن يُطور نفس التمرين بالقادم من وحدات التدريب بزيادة عدد اللاعبين (6ضد6) وتطبيق نفس الشروط ومن ثم التقدم بالتدريب في القادم من ال وحدات التدريبية باللعب (8ضد8)

بنفس الشروط وأخيرا اللعب (11 ضد 11) في المنطقة المحصورة بين منطقتي الجزاء بوجود الأهداف وحراس المرمى.

النوع الثالث: تدريب الضغط

❖ الطريقة: 

❖ التدريب يكون ذا شدة عالية ولفترة زمنية قصيرة مع محدودية في الغرض التكتيكي.

❖ الهدف: 

❖ لمعايشة اللاعبين على وضعيات اللعب وزمن رد الفعل المتوفر للأفعال التكتيكية.

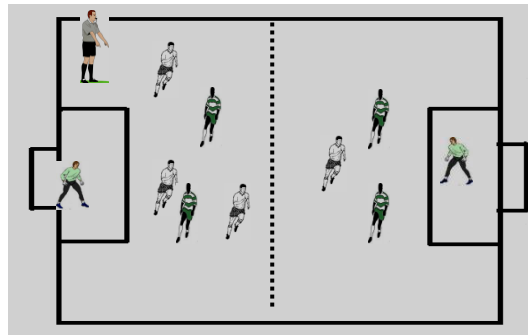
❖ الاستخدام: 

❖ يحدث في وضعيات اللعب الحاسمة عدم توفر وقت كبير للتفكير في حل وضعيات و مواقف معينة أثناء المباراة فيستطيع المدرب من خلال تنظيم التدريب و اللعب المعزول وكثرة التكرار من تقصير زمن ردود أفعال اللاعبين في اتخاذ القرارات التكتيكية والتهيؤ للمباراة فيستخدم تدريب الضغط في أغلب الحالات عند التدريب على التصويب داخل منطقة الجزاء فيوضع اللاعبون تحت الضغط العالي حيث الحاجة الماسة لرد فعل سريع ومن نماذج التدريب الضاغظ هو توزيع اللاعبين حول محيط الدائرة وكل لاعب بكرة بينما يقف لاعبون آخرون في وسط الدائرة ليقومون برد الكرات المرسله إليهم من بقية زملائه بالتتابع ولمدة (45) ثانية مع تبادل دائم لنوع الفعالية والعمل.

❖ نقاط التدريب: 

❖ تكون متطلبات التدريب البدنية عالية وعليه لا يفضل تنفيذ التدريب لفترة طويلة.

❖ نموذج: اللعب (4 ضد 4) في مساحة تعادل ضعفي منطقة الجزاء للتصويب من أول فرصة سانحة فيقف المدرب خارج الساحة مع عدد كبير من الكرات ويقوم بتجهيز الكرات باستمرار ويمنع اللاعبون من ملاحقة الكرات الراجعة.



النوع الرابع: تدريب الظل

❖ الطريقة: 


❖ طريقة مؤثرة في البناء وترميم اللعب منفاذة بوجود عدد محدد من الخصم أو بدونهم.

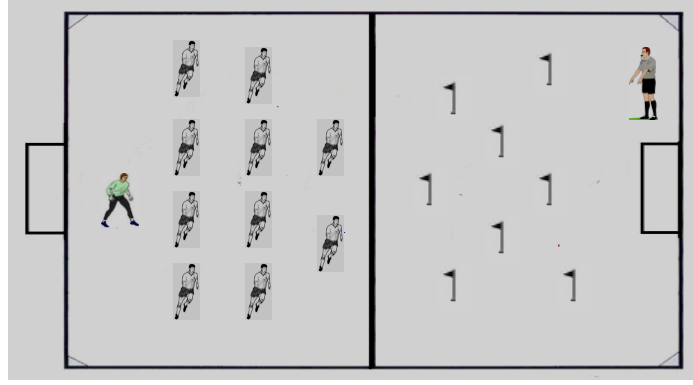
❖ الهدف: 

❖ لإعطاء اللاعب فهم لأشكال التطبيق الدفاعي العام أو مهارات تكتيكية خاصة.




❖ الاستخدام: 

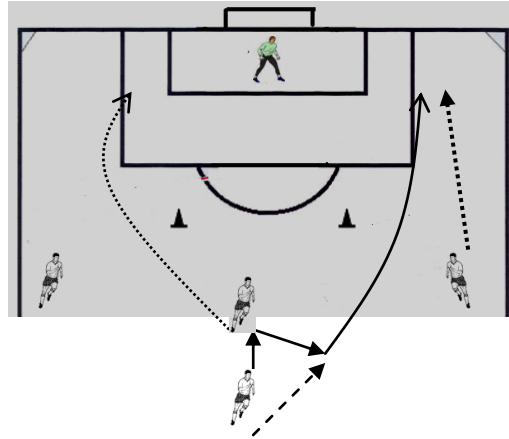
❖ من الصعب جدا ملاحظة مرهل تطبيقي تكتيكي الفريق لمجموعة خلال مرحلة اللعب (11 ضد 11) ولأجل الحصول على صورة مثالية لتطبيق نظام اللعب ومتطلبات التكتيكي يمكن للاعبين اللعب ضد خصم تخيلي أو عن طريق وضع عشرة أقماع بشكل عشوائي داخل الساحة لتمثل لاعبي الفريق الخصم يستطيع المدرب إضافة بعض التعليمات على طريقة التدريب أو الجمل الخطية للفريق.


- ❖ نموذج: 
- ❖ يتخذ الفريق تشكيله الحقيقي في اللعب (2-4-4) وفي النصف الخاص بساحته ليقوم احد لاعبيه باستلام الكرة من الحارس ويبدأ الفريق بنقل الكرة بين افراده باتجاه الهدف الآخر من دون وجود لفريق خصم فيما عدا حارس المرمى للوصول بالكرة الى هدف الخصم والتسجيل .




النوع الخامس: لعب التركيز


- ❖ الطريقة: 
- ❖ التركيز على وظيفة تكتيكية معينة بلاعب واحد أو لاعبين اثنين.
- ❖ الهدف: 
- ❖ تطوير الفعل التكتيكي للاعبين.
- ❖ الإستخدام: 
- ❖ عندما يكون اللاعب غير متأكد مما يفعله في وضعية تكتيكية معينة فهناك حاجة لفصل هذه الوضعية ووضعها تحت الاختبار في تدريب خاص فيعمل المدرب مع لاعب و مع أعضاء الفريق حيث يعمل بعضهم كخصم في نفس منطقة اللعب ويتقدم التدريب بتدرج نحو وضعية اللعب الاعتيادية أو المرحلة الحقيقية لوضعية المباراة.

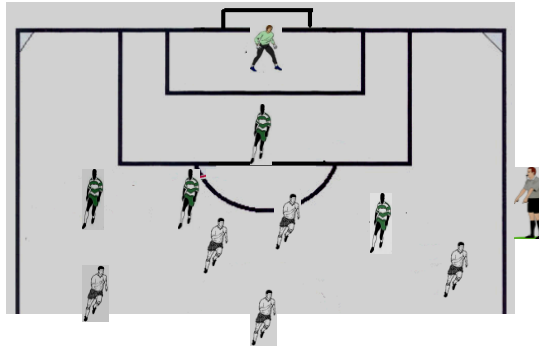


- ❖ نموذج: 
- ❖ يمرر لاعب الوسط المهاجم الكرة للاعب المهاجم ويستلم الكرة الراجعة ليلعبها للاعب الجناح بينما ينطلق المهاجم لمهاجمة الكرة العكسية التي سيلعبها ال جناح بعد وصوله لأسفل خط الهدف. يكون التركيز في التدريب على توقيت الهكض القوسي من خلف القمع من قبل مهاجم الوسط لملاقاة الكرة العكسية في منطقة العمود البعيد . يمكن ان يكرر التمرين من الجهتين بالتتابع مذكرا ان التدريب تخصصي للاعبى الأجنحة او المهاجمين.
- النوع السادس: لعب المراحل

❖ الطريقة:  الطريقة:
❖ اللعب بنصف أو بثلاث أرباع الساحة للانتفاع من مرحلة أو مرحلتين للعب الفريق الهجومي أو الدفاعي.


❖ الهدف:  الهدف:
❖ لتحليل نوعية اللعب الفرقي وتنفيذ مراحل مختارة خلال وضعيات معينة من اللعب.
❖ الاستخدام : يُعتبر هذا النوع من العمل مهماً في التدريب التكتيكي وأهم تمارينه الشائعة هو الهجوم ضد الدفاع في نصف أو ثلاث أرباع الساحة بوجود أهداف واقعية وهذه طريقة لتدريب مجموعة أو تدريب صفات تكتيكية فرقية كما يُمكن للمدرب أن يستخدم بعض الطرق التعليمية الأخرى مثل طريقة إيقاف اللعب.

❖ نموذج:  نموذج:
❖ اللعب 5 مهاجمين ضد 5 مدافعين وحارس للمرمى في نصف الساحة وبما إن التدريب أكثر تحفيزاً للمهاجمين فإنه يُشترط وضع بعض التحدي للمدافعين مثل منحهم نقطة لكل قطع كرة أو التسجيل بوضع الكرة على أي نقطة على خط الوسط فيهتم اللاعبون في هذا التدريب بمواقع زملائهم وبالمخاطبة بين المجموعة كما يعمل التدريب على الانتقال من الدفاع للهجوم وبالعكس بعد ربح الكرة أو فقدانه وبذلك تُمنح الفرصة لكل اللاعبين إجبارياً للمشاركة في اللعب الهجومي والدفاعي.



النوع السابع: تدريب المربع

❖ الطريقة:  الطريقة:
❖ تنفيذ التمارين التدريبية في منطقة محددة.
❖ الهدف:  الهدف:
❖ تنفيذ بعض المهارات الفنية الخطئية.

❖ الاستخدام:  الاستخدام:
❖ تُحدد منطقة (10×10) ياردة للعب أربعة ضد اثنين على سبيل المثال مع اشتراط اللعب باللمسة الواحدة وهذا يخلق تحدي كبير للعب واحد ضد واحد بسبب تحديد منطقة اللعب فيتعلم اللاعبون اللعب تحت وضعيات مضغوطة وتأسيس المراقبة في مناطق مغلقة. تصبح المتطلبات التكتيكية واضحة بوضعية اللعب المحددة ويمتلك المدرب صورة واضحة جداً عن العمل المنفذ.

❖ نموذج:  نموذج:



❖ من المهم التذكير بضرورة التدريب بأكثر من مربع واحد لتحقيق هدف التدريب.

النوع الثامن: إيقاف اللعب

❖ الطريقة: 

❖ إيقاف التدريب مباشرة

❖ الهدف: 

❖ إيقاف وضعية لعب لمناقشتها

❖ الاستخدام: 

❖ الجدير بالمدرّب الذي يوقف التدريب وأن يُوّشر الوضعية التكتيكية ويعرضها على اللاعبين وهو أما أن يركز على تصحيح الوضعية التكتيكية أو يُوّشر المشكلة التكتيكية لوضعية معينة وهي فرصة للاعبين للمشاركة بأفكارهم. على اللاعبين والمدرّب الاتفاق على الكلمة التي تعني كلمة الإيقاف الكامل عن اللعب مثل قف أو تجمد أو بلا حركة أو غير ذلك.

❖ النوع التاسع: القيادة المتابعة

❖ الهدف: 

❖ يقدم المدرّب نصائحه وتعليماته للاعبين خلال اللعب والتمرين.

❖ الاستخدام: 

❖ عند تطبيق نظام تكتيكي جديد أو تعديل طرائق اللعب المبكرة. هذا يساعد المدرّب على إعطاء مدخل اعتيادي ودليل للاعبين فيما يتعلق بوضعيّات اللعب. يستلم اللاعبون تغذية راجعة مباشرة عن الطريقة التي يعالجون بها الواجب التكتيكي شرط أن لا يواجه المدرّب لاعبيه كلعبة أطفال ميكانيكية ولكنه يلعب دور المحلل ولعل المهم هنا مكانية مشاركة المدرّب للاعبين في تمارين اللعب والتدريب.

❖ النوع العاشر: تدريب إدارة اللعب في مساحة اللعب كاملة .

❖ الطريقة: 

❖ التعليم خلال اللعب (11 ضد 11) بالإضافة لدور المدرّب كحكم.

❖ الهدف: 

❖ يعمل التمرين على مساعدة اللاعبين على فهم الشروط التكتيكية طبقاً للمباراة كاملة.

❖ الاستخدام: 

❖ إن تدريب اللعب على كل مساحة الساحة يكون حاسماً في تحويل الع مل التدريبي إلى محتوى المباراة ففي جزء من هذا يكون التركيز على الخيارات التكتيكية الرئيسية في المباراة القادمة ومنح التشكيل المتوقّع الذي سيبدأ لعب المباراة زمن معقول للعب وخلال المباراة يعطي المدرّب تعليمات متنوعة وربما يستخدم طرائق تعليمية مختلفة مع نصيحة بعدم إيقاف المباراة كثيراً فيما إذا كان هذا آخر تدريب يسبق المباراة الرسمية.

❖ من المهم استخدام التحكيم الكامل لتعزيز صفة المنافسة والاهتمام بالفريق الثاني وعدم تركه ليأخذ دور المستمع لصوت صافرة المذّرب مذكراً بأن المدرّب الغير قادر على الاستفادة القصوى من هذا العمل التكتيكي سيفقد احترام لاعبيه ويحول التدريب إلى مباراة ودية. ملاحظة :

• الرجاء كتابة المصدر عند استخدام هذه المادة كونها ملكية فكرية خاصة بالمؤلف الدكتور موفق مجيد المولى ولهذا اقتضى التنويه.

