****

**الصفحات من 54 - 90**

**الفصل الثاني : الإعداد الخططي**

**المبحث الأول : مفهوم الإعداد الخططي وأهميته**

 **المبحث الثاني : الأداء الخططي**

 **المبحث الثالث : التدريب النظري وأهميته بكرة القدم**

 **المبحث الرابع : الاعتبارات الأساسية في التدريب على خطط اللعب**

**الفصل الثاني : الإعداد الخططي**

**المبحث الأول : مفهوم الإعداد الخططي وأهميته**

يتأسس **الإعداد الخططي** على كل من الإعداد البدني والمهاري والذهني والمعرفي، وهو يهدف إلى إكساب اللاعبين المقدرة على التفكير والسلوك الخططي بصورة عامة ومتدرجة عن طريق الربط بين التفكير واتخاذ القرار والذي يظهر في هيئة أداء خططي في المواقف التنافسية لتحقيق أفضل النتائج؛ لذلك يتطلب الأداء الخططي دائماً وفي كل وقت إسهام العمليات التفكيرية المتعـددة في أثناء الأداء؛ نظـراً لطبيعة المواقف المتعـددة والمتغيرة في أثناء المنافسات الرياضية (المباريات) وتحقيق الهدف المطلوب من الإعداد الخططي وهو إكساب اللاعبين القدرة على أداء التحركات والمناورات المناسبة بمهارة عالية وكيفية التعامل مـع المنافس في أثناء اللعب والمباريات والبطولات، وبعبارة أخرى هو فن إدارة أو قيادة المباريات الرياضية، إنَّ كرة القدم أصبحت الآن هي توظيف جماعي وكل الحركات الفنية لها هدف تكتيكي يسهم في ربط جهد الجميع بعضه ببعض وإنَّ الأشكال والجمل الخططية والتكتيكية تتحدد بمجريات اللعب واللاعبين هم يرسمون حدودها وأبعادها وذلك لأن التكتيك يعود إليهم بالأساس؛ لأن اختياراته تتنوع تبعاً لمبادراتهم بتنظيم الفريق وتعيين أدوار وواجبات لكل لاعب على أن يكون ملتزم بتأديتها داخل الملعب وتقديم البناءات القوية التي تؤسس واقعاً مزيجاً اللاعبين الذين يمثلون الفريق، تهدف عملية التدريب في كرة القدم أساسا إلى تحقيق أفضل المستويات الرياضية بحيث تعمل على الارتقاء بمستوى اللاعبين إلى أقصى ما يمكن وذلك باستخدام إمكانيات اللاعبين كافة سواء كانت تلك الإمكانيات بدنية أو مهارية أو خططية أو إرادية ونفسية وتطبيقها من خلال المنافسة (28).

الاعداد الخططي هو المركب الذي تمتاز فيه كافة انواع الاعداد لتحقيق الهدف الاساسي للتدريب، اذا فهو حصيلة تطوير حالة الرياضي البدنية والمهارية والفكرية والنفسية، وتطبق في حالة من الانسجام والترابط والتكامل للمساعدة على اتخاذ القرار المناسب في مواقف المنافسة في ظل قانون اللعبة تحت اطار ما يعرف بخطة اللعب. " والخطط هي الاستجابات والتحركات المبنية على اختيار نتيجة تفكير والتي تتناسب مع المواقف التنافسية والتي يرجى من خلالها تحقيق نتائج ايجابية في التنافس الرياضي ". حيث تعتمد آلية تنفيذ الخطط على تمتع اللاعبين بالانتباه الجيد للموقف الخططي التنافسي ومن ثم إدراكه بكل متغيرات الظروف المحيطة ، وبعدها يعود اللاعب الى ما مخزون في الذاكرة لأحداث التدريب والمنافسات التي مرة به لاستدعائها والتفكير السريع فيها من اجل اختيار أفضل البدائل والحلول للاستجابات الحركية الملائمة للموقف الخططي لغرض اتخاذ القرار النهائي في تنفيذ الأداء (35)

**أنواع الإعداد الخططي:**

للإعداد الخططي نوعان هما:

**اولا: الإعداد الخططي العام: (35)**

وهو مجمل العمليات التي تهدف الى زيادة مقدرة اللاعبين على التفكير وإظهار توقع جيد واتخاذ القرار الصحيح والسلوك الخططي بشكل عام وعلى مراحل متدرجة، ويجري العمل به في مراحل التدريب الأولى من عمر الناشئ؛ لكي يتفهم معنى ومفهوم الخطط وبهذه الطريقة توضع البداية وتؤسس القاعدة المتينة للاعبين الناشئين في بداية تدريبهم للخطط وتعدُّ قواعد عامة يمكن الانطلاق منها لبدأ التعمق والتركيز على الجوانب ذات البعد الخاص في النواحي الخططية.

تلعب التغذية الراجعة من المدرِّب دورها في هذه المرحلة؛ لغرض الوصول الى الفهم الصحيح والدقيق لها، حيث يمكن استخدام أساليب ووسائل كثيرة لإيصال المعلومة للاعبين ومنها وسائل عرض مختلفة فضلاً عن المناقشة للمواقف الخططية العامة والتي ترسم صورة واضحة تبقى عالقة في ذهن اللاعب يمكن تذكرها واسترجاعها، يتطلب ذلك عمل كبير وجهد مضاعف من أجل الوصول الى بناء قاعدة خططية رصينة، وفي ضوء ذلك يجب أن يركز المدرب عند الشروع في وضع منهاج الإعداد الخططي العام على تدريب اللاعبين على الانتباه والتفكير والإدراك والتوقع وربط كل ذلك بالنتيجة التي يصدرها اللاعب وهو القرار الذي يختاره لتنفيذ الجانب الخططي بشكل عام .

**ثانيا: الإعداد الخططي الخاص:**

هذا النوع من الإعداد يوجه إلى نوع الفعالية التخصصية ويستخدم مع اللاعبين الكبار وعلى هذا الأساس فإنَّ **الإعداد الخططي الخاص** يقصد به كل "العمليات التي تهدف إلى إكساب اللاعبين المقدرة على إجادة تنفيذ الخطط الخاصة برياضة معينة".

بعد التهيئة والإعداد للاعبين وقرب موعد المباريات يجري الإعداد لهذه المباريات بأيام قليلة ويدرج المدرب في قاموسه او كراسته التدريبية بعض الأمور التي يجد فيها أهمية كبيرة تحتاج الوقوف عندها مع اللاعبين وتوضيحها وهي:

1. **قراءة الفريق المنافس:**

إنَّ أهمية المباراة ونتيجتها هي التي تحدد هذه القراءة والدراسة حول الفريق الذي سوف يقابله المدرب الذي معلوماته وقراءته غير متكاملة وغير واضحة للفريق المنافس هنا تكون مهمته صعبة، أي أنَّه لا يعرف نقاط قوة وضعف الفريق ولا الثغرات في خطوطه الثلاثة ولا يعرف شيئاً عن طريقة اللعب، وبهذه الحالة يقف المدرب حائراً حول التشكيلة أو طريقة اللعب التي يستخدمها، أما إذا كان المدرب يعرف كل ما يتعلق بالفريق الآخر يكون بإمكانه أن يكون في ذهنه الصورة العامة التي سيدخل فيها المباراة، بناءً على هذه القراءة والدراسة التي قام بها على الفريق يستطيع أَن يضع ملاحظاته وبالتالي تطبيقها في المباراة.

1. **وضع التشكيلة النهائية للفريق:**

يراعي المدرب عدَّة أمور عند وضعه تشكيلة الفريق منها:

* وضع اللاعبين المصابين .
* اللاعبون المبعدون بسبب حصولهم على البطاقة الحمراء .
* استعداد اللاعبين .
* اللاعبون البدلاء .
1. **اختيار البدلاء (الاحتياط):**

يجب إعطاء المدرب هذا الجانب الأهمية القصوى بحيث يكون البديل ورقة رابحة للفريق ومؤثراً كثيراً في مجريات اللعب عند دخوله، اذ إنَّ الفريق الذي يملك بدلاء يمتازون بمواصفات عالية يكون محظوظاً ومتميزاً وللمدرب القدرة على إجراء التعديلات والتغييرات في أسلوب وطريقة اللعب او بتغيير إيقاع اللعب من خلال تغيير مراكز بعض اللاعبين .

1. **إلقاء محاضرة قبل المباراة:**

قبل المباراة وتحديداً ليلة المباراة يقوم المدرب بشرح خطة اللعب وطريقة اللعب التي يستخدمها في المباراة على ضوء طريقة لعب الفريق المنافس المتوقعة، وتوضيح مكامن الضعف والقوة للفريق المنافس وتحديد الواجبات الأساسية لكل اللاعبين وفقاً لخطة اللعب الخاصة بالفريق ومن ثَمَّ تحديد الواجبات والمهام الخاصة بكل لاعب، وبعدها يقوم المدرب بذكر بعض الأمثلة والحالات الايجابية لبعض اللاعبين المعروفين من أجل تحفيزهم وإثارة الحماس لديهم (الشحن النفسي) الذي له دور كبير في تحقيق نتائج طيبة فإجادة المدرب مع اللاعبين من ناحية نفسية تجعل اللاعب متحفزاً من اجل تقديم مستوى جيد وتحقيق الفوز.

1. **اختيار قائد الفريق:**

للقائد او الكابتن مواصفات مهمة تؤهله لقيادة الفريق وتحمل هذه المسؤولية الصعبة، اذ إنَّ قائد الفريق يقوم ببعض أدوار المدرب داخل الساحة وينقل ملاحظاته وأفكاره للاعبين؛ لذلك يجب أن يكون قويَّ الشخصية ومؤثراً في زملائه ومحترماً ومقبولاً من أعضاء الفريق ويستطيع إدارة وقيادة الفريق ومتزناً وهادئاً ويمتلك المعنويات والحماس العالي. وأن يقوم هذا الشخص بعدة أمور منها الشخصية القوية و الاحترام من الجميع و هدوء الأعصاب و الاتزان وامتلاك الروح الحماسية.

**المبحث الثاني : الأداء الخططي**

 إنَّ الأداء الخططي هو وسيلة لاستخدام القدرات البدنية والمهارية والذهنية والنفسية للاعبي الفريق من خلال تحركات معينة طبقاً لظروف المباراة بهدف الحد من مميزات الفريق المنافس والاستفادة من نقاط ضعفه لتحقيق الفوز للفريق في إطار قانون اللعبة". يتوقف الأداء الخططي للاعبين على إجادتهم للمهارات الأساسية للعبة وبدرجة إتقان عالية، وتعدَّ المهارات الأساسية أساس لعبة كرة القدم والوسيلة التي يتعامل بها اللاعب مع الكرة وكلَّما تحسَّن وتطور مستوى الأداء المهاري يقود ذلك إلى تقدم وارتفاع مستوى الأداء الخططي (الهجومي والدفاعي). وضعف الأداء المهاري يسبِّب ضعفاً في الأداء الخططي والأداء الاوتماتيكي للمهارات الأساسية دون بذل تفكير وتركيز عالٍ لطريقة أداء هذه المهارة أو تلك يجعل اللاعب يحصر انتباهه وتركيزه وتفكيره تُجاه العمليات العقلية ذات الصلة المباشرة بالأداء؛ لكي يتم توجيهها لتنفيذ خطط اللعب، وهنا يكون الأداء الخططي بمستوى أعلى وأدق دون ضياع الوقت للتفكير في كيفية أداء المهارات، وتجدر الإشارة هنا أنَّ **التفكير الخططي** له أهمية في اختيار الحل المناسب وإصدار القرارات ومن ثم التنفيذ السريع للنواحي الخططية في الوقت المناسب .

إنَّ **التحركات الخططية** المختلفة التي يؤدِّيها الفريق في حدود المستطيل الأخضر في أثناء المباريات يتوقف نجاحها على ما يمتلكه اللاعبون من معلومات ومعرفة خططية متراكمة؛ بسبب التدريب المتواصل، وهي حلول حركية يراها المدرب واللاعبون مناسبة لمختلف المواقف وهي حصيلة خبرات المدرب وجهوده التدريبية والتي توصل إليها من خلال القياس والاختبارات والتحليل وإجراء التقويم لحالات وقواعد اللعب والمتابعة المستمرة لها (28).

اذ ان قدرة اللاعبين على الحركة والتنقل داخل الملعب بشكل صحيح وأداء الواجبات الدفاعية والهجومية المناطة بهم دون الإخلال بعملية التوازن وعدم ظهور أيَّ علامات او آثار مثل الشد والتوتر الزائد في المباراة يسجل علامة ايجابية للاعبين يحسن أدائهم وإعدادهم، واللاعب الذي يجيد التصرف الصحيح مع الكرة في المواقف التي تظهر في المباراة ويتردد في حسم الموقف او اتخاذ القرار المناسب ولا يستطيع التحرك أو التنقل بسرعة في حالتي الهجوم والدفاع المتكررة خلال سير المباراة يكون عائقاً أمام فريقه؛ لأنَّه يسبب ثغرة في الفريق يمكن

استثمارها من لدن الفريق المنافس، هذه الجوانب تجعل اللاعب غير قادر على تنفيذ الواجبات المكلف بها؛ ممَّا يسبب مشكلة للفريق. إنَّ الحلول التي يضعها اللاعب لحالات اللعب المختلفة والتي يظهر بعضها بشكل سريع ومفاجأ في المباراة تعتمد على إمكانيات كل لاعب والفريق والتي تساعدهم في التفكير السليم تُجاه الحالة أو الموقف وإيجاد الحلول التفكيرية المناسبة لحل الواجبات الدفاعية والهجومية.

 "إنَّ الأداء الخططي (التكتيكي) في كرة القدم عبارة عن جملة من الحركات الهجومية والدفاعية الفردية والجماعية والتصرفات الأخرى الهادفة للحصول على أفضل نتيجة في المباراة على أساس أحكام قانون اللعبة والاستفادة من النواحي البدنية والتكتيكية للفريق مع مراعاة أسلوب المنافس للعب والظروف المتغيرة باستمرار في أثناء المباراة، ومن هنا تصبح أهمية التكتيك في فريق كرة القدم خاصة في ضوء التغييرات التي تطرأ باستمرار على مجرى المباراة بسبب التحركات التي يقوم بها المنافس مقابل حركات الفريق، ويجب ان يتم تنفيذ متطلبات هذه الحالات المتغيرة عن طريق الأداء الفردي المتميز للاعب والتعاون والانسجام بين لاعبي الفريق كمجموعة والتي تعتمد أساساً على قاعدة عريضة من المهارات التكتيكية الصحيحة ودراية بقانون اللعبة الذي له علاقة مؤثرة بتطبيق الكثير من الحالات التكتيكية الصحيحة التي من شأنها أن تساهم في تحقيق النتائج المطلوبة وفي ضوء ما تقدم يعدُّ اكتساب وتطوير المهارة الفردية شرطاً أساسياً لتنفيذ الواجبات التكتيكية بصورة ناجحة خاصة اذا ما استخدمت هذه المهارة المتطورة لخدمة اللعب الجماعي وهو ما ينبغي أن يكون".

 يعتمد تنفيذ الخطط على آلية معينة مفهومة من لدُن اللاعبين ومدروسة على وفق ما تم تطبيقه في الوحدات التدريبية مستذكرين النصائح والتوجيهات التي أبداها المدرب، على الرغم من أنَّ مواقف اللعب وأحداثها متغيرة وفي بعض الأحيان تحصل مواقف مفاجئة وبهذه الحالة يتطلب من اللاعب او الفريق إيجاد الحلول المناسبة واتخاذ قرار أو قرارات سليمة لمعالجة الموقف، وتحقيق وتنفيذ الخطة يتوقف على ما يمتلكه اللاعبون من قدرات وإمكانات وتفهم كبير، حيث إنَّ آلية التنفيذ لهذه الخطة في جو المنافسة يتوقف على تمتع اللاعبين بقدرات عقلية عالية وعلى هذا الأساس نذكر أهم الأسس التي تتوقف عليها آلية تنفيذ الخطة وهي:

**1. الانتباه:**

يجب أن يتمتع اللاعبون بمقدرة عالية من الانتباه للحالات والمواقف الخاصة في ظروف المنافسة؛ بسبب تغير المواقف والحالات في أثناء المباراة، أي هي غير ثابتة بل متغيرة بتغير مواقع ووجود الكرة، فضلاً عن تواجد اللاعبين وتحركاتهم بدون كرة؛ لذا فالانتباه بكل أبعاده مهم لرصد تلك المواقف الخططية وإيجاد ما يناسبها بشكل سريع مع التأكيد على أنْ يكون التنفيذ دقيقاً. "إنَّ الانتباه من السمات المهمة في كرة القدم كونه أحد العمليات العقلية العليا التي تلعب دوراً مهماً في عمل اللاعبين، ويعرف بأنَّه "اختيار وتهيؤ ذهني أو هو توجيه الشعور وتركيزه في شيء معين استعداداً لملاحظته وأدائه أو التفكير فيه". إنَّ الضعف في الانتباه يعدُّ حالة سلبية لحارس المرمى إذ لا يمكن أداء رد فعل سريع بدون انتباه جيد"، تحصل أمام اللاعب في أثناء المباراة عدة متغيرات ومواقف ذات مثيرات مختلفة في المواقف الخططية، عليه أن ينتبه إليها حتى يستطيع تحقيق استجابات جيدة متناسبة مع الحالة الخططية؛ وبسبب تعدد هذه المتغيرات لا يمكن للاعب التركيز عليها كلها؛ لذا يلجأ الى اختيار الملائم منها والمحرك للحواس ذات الصلة بالأداء والمؤثرة والفاعلة في التصرف او السلوك الخططي الآني، وعملية اختيار الاستجابات تتطلب السرعة في حسم الموقف واتخاذ القرار ومن ثم التنفيذ، وفي ضوء ما ذكر يعرف **(الانتباه الخططي)** بأنَّه "اختيار وتهيئ عقلي للاعب نحو الموقف الخططي المتواجد فيه لملاحظته او التفكير فيه او تنفيذه"، إنَّ تطور المجال المهاري والإبداعي في الأداء الهجومي يعتمد على تطوير العمليات العقلية والنفسية التي تعدُّ الأساس في عملية تطور المهارات الهجومية وإنَّ تركيز الانتباه يعدُّ من العمليات العقلية والنفسية المهمة والأساسية للاعبي كرة القدم وبخاصة في أثناء سير المباراة والتي تكون أحداثها ومجرياتها متغيرة. "إنَّ تركيز الانتباه يساعد اللاعب على ملاحظة وإدراك الموقف الخططي ويجعله يفكر جيداً ويؤدي التصرف الخططي السليم".

 ويعدُّ تركيز الانتباه من بين المظاهر المهمَّة في الانتباه والذي يثبت تأثيره على مستوى الأداء في الفعاليات الرياضية المختلفة، إذ تلعب معظم مظاهر الانتباه دوراً فعالاً في إتقان المهارات الحركية وتعبئة القوى النفسية المرتبطة بتلك الفعاليات. اذ يوجد في كرة القدم عددٌ من المواقف والحالات المتغيرة في أثناء اللعب ممَّا يتطلب من اللاعب تركيز انتباه لملاحظة الموقف ثم إدراك مواقف اللاعبين لزملائه واللاعبين المنافسين فيفكر كيف يتحرك وينتهي الى استخلاص معين يترتب عليه تصرفه الخططي المناسب والتصرف الخططي يوجه الى الفوز قدر الإمكان بما ينسجم و المعلومات الخططية والمهارات الأساسية وحالة الرياضي الجيدة وسرعة ردة الفعل والإرادة. **والانتباه** هو أول العمليات المعرفية التي يستخدمها الإنسان في حالة التعامل مع المثيرات، حيث يتعرض الرياضي الى العديد من هذه المثيرات خلال الممارسة الرياضية ومنها (الجمهور والكرة والملعب والمنافس ...الخ) ولا يمكن التعامل او الاستجابة لجميع هذه المثيرات بالوقتِ نفسهِ وعليه يتخذ الرياضي قراراً أي من هذه المثيرات يأخذ اهتمامه، وهنا يبدأ بمعالجتها وإدارتها، ويساعد الانتباه الفرد على انتقاء المثيرات التي يرغب باستخدامها وعزل المثيرات الأخرى مما يجعل عملية الإدراك ممكنة .

**2.الإدراك:**

عملية معرفية تنطوي على تنظيم وتفسير المعلومات القادمة من الحواس الى الدماغ وفقاً للمعرفة والخبرات السابقة والحالة الوجدانية للفرد.

أو هو تحليل، وترميز، وتفسير المثيرات.

  **الإدراك** : هو عملية التفسير وإعطاء المعنى للإحساسات المنبثقة من المؤثرات الحسية (47).

 **الإحساس**: استقبال المثيرات.

 او هو قدرة الإنسان على الشعور او الإدراك بالمنبهات او المثيرات الخارجية والداخلية والاستجابة لها استجابة متكيفة ومتمايزة ( 36).

أما **الانتباه:** اختيار المثيرات، المعلومات التي لا ننتبه لها لا يتم معالجتها، ولا تسهم في خبرات الفرد، بعد أن يتم الانتباه الجيد للموقف الخططي يتم إدراكه من جميع الجوانب وكل ما يتعلق به وبالظروف المحيطة ذات التأثير الكبير؛ لأنَّ إدراك الموقف الخططي بشكل صحيح وتفهم كبير يمكِّن اللاعبين من تنفيذ الأداء بأسلوب جيد وبالتالي يصل اللاعبون والفريق الى ساحة الفريق المنافس وتفكيك التكتل الدفاعي اذ كانت الخطة في حالة الهجوم ومن ثم تهديد المرمى.

يعرف **الإدراك الخططي** بأنَّه "الاستجابة العقلية من اللاعب للمثيرات الحسية التي يمكن أن تتأثر بالموقف الخططي المعني".

1. **التذكر:**

هو تقدير شيء حدث في الماضي يصله بالحاضر حيث ان الإدراك الحاضر المقرر الذي يحدث الآن ( 47).

عملية التذكر هي "حفظ أو اختزان المعلومات في العقل ثم استدعاؤها عند الطلب أو التعرف عليها عندما يعاد عرضها علينا".

أو هو "عملية لاحقة للإدراك وسابقة للتفكير". وانَّ "**الإدراك والتذكر والتفكير** هي العمليات الثلاث المكوّنة للتنظيم العقلي للفرد، وهي عمليات ترتبط وتتفاعل كل منها بالأخرى".

بعد رصد الموقف الخططي وثم الانتباه إليه وإدراكه يبدأ اللاعب بالتذكر للمواقف المشابهة له سواء ما تدرَّب عليها أو مرَّ بها أو واجهته في مباريات سابقة؛ لغرض استذكارها واستدعائها، وهنا يتذكر اللاعب المواقف القريبة أو المشابهة لما يحصل في اللحظة التي هو عليها من أجل الاستفادة منها في الحالة الجديدة. **والتذكر الخططي** هو "عملية عقلية تتطلب من اللاعب أن يقرر ما إذا كان الموقف الخططي أو جانب منه قد تواجد فيه في الماضي، وهذا التقدير يكون عن طريق استجابات لفظية او حركية".

**التذكر:** هو استرجاع ما سبقت معرفته ولا يحدث التذكر، في معظم الأحوال، إلا إذا وجد مؤثر يستثيره؛ ولهذا السبب يعرف العلماء التذكر على أنَّه "استجابة مكتسبة لمؤثر سابق لها".

 **الذاكرة:** هي القدرة على خزن واستعادة المعلومات ، والتذكر يحدث مباشرة بعد ظهور المثير ويكون على شكل تصور لهذا المثير ويدوم مدة قصيرة بعد زوال المثير ، وفي اثناء اداء اللاعب في التدريب او المنافسات يستخدم اللاعب الذاكرة القصيرة حيث يقوم بتجميع كل خبراته في المهارة التي يريد التعامل معها او التي اختارها لهذا الاداء وهذا ما يعرف ( بالتهيؤ )بحيث تكون على سطح الذاكرة كل ما يتعلق بالمهارة المعنية وينزل للأسفل كل الامور التي بعيدة عن مضمون المهارة المختارة (48)

**4. التفكير:**

يعدُّ التفكير من العمليات العقلية المهمة عند الإنسان ويتطور ويتقدم كلَّما زادت خبراته كونه يملك استعداداً فسلجياً في أجهزته العقلية تساعد على ذلك. "يمثل التفكير أعقد أشكال السلوك الإنساني، حيث يأتي في أعلى مستويات النشاط العقلي, وهذا السلوك ناتج عن وظيفة الدماغ في جسم الإنسان, وقد حاول العلماء فهم هذه الظاهرة وتفسيرها. وبحثت دراسات علم النفس المعرفي كثيراً لفهم أنماط وأساليب التفكير من خلال الدراسات والأبحاث المختلفة ، كما ظهرت الكثير من النظريات التي توضح آلية التفكير باتجاهات مشتتة تتفق أحياناً وتختلف أحيان أخرى **"والتفكير**" عملية عقلية معرفية وجدانية عليا تبني وتؤسس على محصلة العمليات النفسية الأخرى كالإدراك والإحساس والتخيل, وكذلك العمليات العقلية كالتذكر, والتجريد، والتعميم ، والتمييز، والمقارنة ، والاستدلال، وكلما اتجهنا من المحسوس إلى المجرَّد كان التفكير هو الأداة الصالحة لمعالجة المشكلات والتغلب عليها وتبسيطها".

 بما أنَّ عملية التفكير تعدُّ مهارة كغيرها من المهارات ومن هذا الجانب ننظر الى التفكير كونه مهارة وعليه يمكن تحسين عملية التفكير كما هو الحال في تحسين أَيِّ مهارة أخرى في أَيِّ مجال عن طريق الانتباه والممارسة أي التمرين عليها، إنَّ المفكر الناجح هو الشخص الذي يطور مهارات التفكير لديه إلى درجة قصوى و يستطيع أَن يوجِّه تفكيره صوب أي موضوع مهما كان، تماماً مثلما يتمكَّن نجار بارع من القيام بأَيِّ عمل ضمن نطاق مهنته، كما انَّه يكون متمكن من أدوات التفكير وأساليبه، إنَّه يعرف ماذا يفعل و متى يفعل، ونتيجة هذا التمكن هي الثقة بالنفس و الفاعلية، فضلاً عن أنَّه عند قيامه بأيِّ عمل أو نشاط فهو يعرف أنه سيحصل في النهاية على نتيجة مفيدة هي حل المشكلة التي يتصدَّى لها أو وضع خطة أو إتمام تصميم، أو صياغة قرار صياغة نهائية.المفكر الناجح يعرف أن التفكير هو ثروة الإنسان الأساسية، وأن مستقبل العالم يتوقف على استخدامنا الماهر لتلك الثروة.

 بعد حصول عملية التذكر للمواقف السابقة ومن ثم استدعائها يبدأ اللاعب في عملية فرز واختيار المناسب من هذه المعلومات باستخدام التفكير الدقيق المبدع؛ لكي يخرج باستجابات حركية مناسبة؛ لذا فالتفكير: "اصطلاح عام يشمل كل أنواع النشاط". إنَّ **الإعداد الذهني** للاعبين أصبح يوازي في أهميته أنواع الإعداد الأخرى لما له من أهمية وتأثير على أداء اللاعب والفريق وقد يكون هو الفيصل في بعض المواقف الخططية التي تحتاج الى التفكير السريع واختيار الاستجابات المناسبة للحالة وبالتالي اتخاذ القرار بالتنفيذ. وبهذا فإنَّ التفكير الخططي في مثل هكذا متغيرات سريعة يكون مؤثراً في حسمها **والتفكير الخططي** هو "إحدى العمليات العقلية التي يقوم بها اللاعب خلال إدراكه للعلاقات المختلفة المؤثرة في الموقف الخططي".

**5. اتخاذ القرار:**

 "عمليه تفكير مركبة تهدف إلى اختيار أفضل البدائل أو الحلول المتاحة في موقف معين". **و**انَّ **التفكير:** هو "سلسلة من النشاطات العقلية التي يقوم بها الدماغ عندما يتعرَّض لمثير يتم استقبالها عن طريق واحد او أكثر من الحواس الخمس. ويلعب التفكير دوراً هاماً في أداء اللاعب في أثناء المباراة فعن طريقهِ يستطيع أن يدرك المواقف المتعددة في أثناء المباراة ثم يتقدم بتحليلها ويعقب ذلك الاستجابة الخططية لهذه المواقف, وتستدعي المواقف المتغيرة في مباراة كرة القدم سرعة تفكر اللاعب لاتخاذ القرارات الواجبة, وتتوقف صحة هذه القرارات على خبرات اللاعب السابقة وشدة تركيزه وانتباهه على ما يحدث في الملعب".

واتخاذ القرار "عملية تأتي بعد التفكير الجيد غير الانفعال عن المشكلة وأسبابها وظروفها ومع اتخاذ القرار يمكن وضع البدائل والحلول الممكنة ".

"يتضمن جزء كبير من عملية صنع القرار [تحليل مجموعة محدودة من البدائل](https://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D8%AD%D9%84%D9%8A%D9%84_%D8%A7%D9%84%D8%A8%D8%AF%D8%A7%D8%A6%D9%84) الموصوفة من حيث معايير التقييم. ثم قد تكون المهمة ترتيب هذه البدائل من حيث مدى جاذبيتها لصانع القرار عند النظر في جميع المعايير في وقت واحد. وقد تتمثل مهمة أخرى في إيجاد أفضل بديل أو تحديد الأولوية النسبية لكل بديل (على سبيل المثال، إذا كانت البدائل تمثل مشاريع تتنافس على الأموال) عند النظر في جميع المعايير في وقت واحد. حل هذه المشاكل هو التركيز علي تحليل القرار متعدد المعايير. وقد اجتذبت هذه الطريقة في اتخاذ القرار، على الرغم من أنها قديمة جدًا، اهتمام العديد من الباحثين والممارسين ولا يزال موضع نقاش كبير حيث أن هناك العديد من الأساليب التي يمكن أن تسفر عن نتائج مختلفة جدًا عندما يتم تطبيقها على نفس البيانات بالضبط."(68) بهذه الحالة يكون اللاعب قد وصل الى النقطة الأخيرة وهي إصدار القرار لغرض التنفيذ الصحيح والمناسب للأداء. حيث يعني **اتخاذ القرار** الاستقرار على سلوك خططي معين من بين عدد من البدائل المطروحة". وتجدر الإشارة هنا قد يحتمل اتخاذ القرار وتنفيذه بعد مروره بهذه المراحل جانبين او احتمالين هما:

**الاحتمال الأول:** قد يكون القرار والتنفيذ غير صحيح، وهذا يسبِّب أخطاء وإشكالات في سياق أحداث المباراة، وقد يكون الخطأ كبيراً يتسبب في تسجيل هدف نتيجة التنفيذ غير الصحيح للخطة.

**الاحتمال الثاني:** التنفيذ الجيد والدقيق للموقف وهذا يتبعه عدّة إجراءات ومواقف، وعلى سبيل المثال عند إعطاء مناولة او زعزعة دفاعات الفريق المنافس او تهيئة فرصة جيدة لتسجيل هدف، كل ذلك وارد في كرة القدم مهما اختلفت صعوبة أو سهولة الحالات والمواقف المتغيرة والمفاجئة في أثناء المباراة، وحتى يحقِّق المدرب أداءً خططياً جيداً يجب التأكيد على ضرورة إتقان **المهارات الحركية** وأدائها بشكل سريع ودقيق مع تزامن القوة، لكي لا تعطي فرصة للاعب المنافس الحصول عليها، انَّ آلية الأداء الفني الى جانب تكامل الإعداد البدني للاعبين يكون أساسا قوياً في تطبيق وتنفيذ الواجبات الخططية وأداء القواعد الخططية بدقة، فضلاً عن عدم ضياع الوقت والجهد للاعب والفريق مِمَّا يعطيه فرصة من التركيز والتفكير والإبداع في عملية اختيار الحلول الخططية المناسبة من مجموعة حلول وبدائل لديه.

تعرف عملية اتخاذ القرار" بأنَّها عمليَّة تفكير أو مهارة عقليَّة عُليا تُعرَّف بأنَّها إحدى عمليَّات التفكير المركَّبة والهادفة إلى اختيار البديل الأفضل، أو الحلّ الأمثل والأكثر ملائمة لتحقيق الهدف بما يتناسب مع خصائص الموقف، وتنوّع البدائل"(69).

ان تعريف مهمة اتخاذ القرار بأنَّها عملية أو أسلوب الاختيار الرشيد بين البدائل المتاحة لتحقيق هدف معين.ومن ذلك التعريف يمكن استنتاج النقاط الآتية:

1. إنَّ اتخاذ القرار يتم من خلال إتباع عدة خطوات متتابعة تشكل أسلوباً منطقياً في الوصول إلى حل أمثل.
2. إنَّ لأي موقف أو مشكلة عامة حلولاً بديلة يجب تحديدها وتحليلها ومقارنتها على هدى قواعد أو مقاييس محددة.
3. إنَّ طريقة اكتشاف البدائل وتحديد قواعد الاختيار واختيار الحل الأمثل تعتمد كلية على هدف أو مجموعة أهداف يمكن تحقيقها، والمعيار الرئيس لقياس مدى فعالية القرار.

وتدور عملية اتخاذ القرار في إطار معين يشمل ستة عناصر هي:

1. الموقف أو المشكلة.

2. متخذ القرار.

3. الهدف.

4. البدائل.

5. قواعد الاختيار.

6. عملية اختيار الحل الأمثل بين البدائل.

**6. الذكاء:**

 " هو القدرة على التكيف والانتباه المدعم بالإرادة القوية، كما انه القدرة على الإدراك والابتكار والتوجيه والنقد الذاتي " ( 30).

"يتضمن الذكاء عدداً من القدرات العقلية المتعلقة بالقدرة على التحليل، والتخطيط، وحل المشاكل، وسرعة المحاكمات العقلية، كما يشمل القدرة على التفكير [المجرد](http://ar.wikipedia.org/wiki/%D8%AA%D8%AC%D8%B1%D9%8A%D8%AF)، وجمع وتنسيق الأفكار، والتقاط اللغات، وسرعة التعلم. كما يتضمن أيضاً القدرة على الإحساس وإبداء المشاعر وفهم مشاعر الآخرين".

يعدُّ ذكاء اللاعب وفهمه واستجابته السريعة والناجحة للمتغيرات المفاجئة في أثناء المباريات يسهل مهمته في إدراك هذه المواقف وبالتالي يمكنه اتخاذ القرار الصحيح تُجاهه، اذ إنَّ اللاعب المتميز في جوانب معينة يمكن بذكائه وفطنته أنْ يكمل الجوانب الأخرى ويضع الحلول لتلك الحالات، وفي هذا السياق يعرف **(الذكاء الخططي)** بأنَّه "وقوع اختيار اللاعب على التفكير الخططي المناسب للظروف المختلفة والمتغيرة والذي يكون مرتبطاً بالسلوك الخططي في أثناء تنفيذ الأداء".

**7. التوقع:**

**التوقع:** " هو موقف الشخص من حادث او نتيجة مترقبة ، فهو قريب من الانتظار وان كان التوقع يتضمن عنصرا انفعاليا والانتظار يتضمن عنصرا حركيا ، كما انه قريب من الترقب الذي يتضمن العنصر الفكري او الذهني " (38). " ان توقع اللعب او معرفة ما سيعمله اللاعب وحتى قبل استلامه للكرة سيزيد من سرعة اللعب ويقلل من كفاءة المراقبة الدفاعية وبذلك ستسهل مهمة التقدم بالكرة والتسجيل ، وكلما ازداد حجم العمل الدفاعي للفريق المنافس يجب ان تقابله زيادة في حجم العمل الهجومي للتغلب عليه ".(37)

 **والتوقع الحركي** هو المعرفة المسبقة من قبل اللاعب للحركات ويعد ذلك تحضير وتهيئة ذهنية واستيعاب مسبق للواجب الحركي .

 والتوقع هو تصور مسبق للحركة ومقرون بالملاحظة الذاتية خلال المراحل الحركية .

 والتوقع هو ضبط التصرف الحركي من خلال استقبال المعلومات وهضمها لتكون سهلة في الأداء .(19)

من خلال الخبرات المتراكمة للاعبين وكثرة المواقف الخططية المنفذة أو التي حصلت المعرفة فيها من خلال المحاضرات النظرية او عرض الأفلام أو السلايدات، يتولَّد لدى اللاعب توقعات للحالات والمواقف الخططية في المباراة ويمكن أن يكون هناك تنبؤ بما يحصل من جراء القراءة الصحيحة لمجريات اللعب. وفي ظلِّ هذا المفهوم يعدُّ **(التوقع الخططي)** "قراءة الأفكار والنوايا المهارية والخططية وردود أفعال اللاعبين المنافسين والزملاء في ظلِّ الظروف المحيطة بالموقف الخططي".

**8. السلوك والتصرف:**

إنَّ أيَّ نشاط يقوم الإنسان بأدائه ويتعامل مع ظروفه حركياً أو عقلياً أو انفعالياً يكون صادراً عنه، فلاعب كرة القدم عندما يلعب داخل الساحة فإنَّه لا يلعب برجله فقط بل إنَّ جوانب أخرى تشارك في العمل، لذلك فإنَّ هذا الفعل أو النشاط الحركي الذي يؤديه يصاحبه نشاط عقلي **كالانتباه والإدراك والتقدير والتصور والتركيز والتفكير والاستجابة،** إلى جانب ذلك فإنَّ اللاعب عندما يفكِّر في موضوع معين أو ينتبه إليه أو يتذكره أو يشعر به ذهنياً يعدُّ كل ذلك نشاطاً عقلياً يصاحبه في الوقت نفسه تغيرات جسمية وتوترات عضلية ونشاط الحواس وإفرازات غددية وتغيرات فسيولوجية في الدم والتنفس والنبض والهضم وتغيرات في المخ والأنسجة ... الخ.

إنَّ تكيف الرياضي على التصرف الحركي لا يشكل الأسس الحركية للتصرف فقط إذ إنَّ وضيفة التنظيم النفسي للعمليات العقلية تتداخل مع الحركة وبالتالي تصدر الأوامر بأدائها بالشكل النهائي.

تتطلب مقدرة اللاعب على هضم المعلومات التي تصل إليه عن طريق الملاحظة للمواقف المختلفة في أثناء المباراة وكلما كان اللاعب قادراً على سرعة الملاحظة للمعلومات وتفهمها تمكن من التفكير السريع ومنفذا التحرك المطلوب في الوقت المناسب تماماً كان لذلك أثره الفعال في أدائه السليم في أثناء المباراة، ويجب على المدرب أن يعلم اللاعب المقدرة على سرعة فهم أوضاع اللاعب وسرعة التصرف السليمة ومع تكرار التكرارات التمرينات الخططية التي تشبه ما يحدث في الملعب وتنوعها يمكن تقصير زمن إدراك اللاعب للمواقف وزيادة مقدرته على التصرف السريع.

 إن تعلم السلوك الخططي وإتقانه لا يتطلب من الفرد تكوين أنماط سلوكية جامدة ، بل يتطلب قدرة الفرد على تغيير سلوكه وتعديله طبقاً لمواقف اللعب المتغيرة في أثناء المنافسة الرياضية . ولا بد من العمل على تنمية مختلف القدرات الخلاقة التي تسمح للفرد بسرعة إدراك مواقف اللعب المختلفة والتي تسمح بسرعة استدعاء خبرات المواقف السابقة التي مر بها والتي تسمح بسرعة تصور ما ينوي المنافس القيام به حتى يستطيع اللاعب بذلك دقة وسرعة الحكم على الموقف بما يضمن سرعة استجابته الصحيحة.

 وتتأسس القدرات الخلاقة على ما لدى الفرد من معارف ومعلومات ومهارات وخبرات حركية وخططية اكتسبها أثناء المراحل السابقة ، إذ أن مساهمة هذه القدرات ينحصر في محاولة الفرد استخدام ما لديه من خبرات سابقة بصورة ملائمة ومناسبة لمواقف اللعب المختلفة لكي يحقق أقصى ما يمكن من فائدة .

**إنَّ مفهوم السلوك الإنساني** "يعني الأنشطة المتعددة التي يقوم الإنسان في حياته؛ لكي يتكيف مع متطلبات البيئة والحياة المحيطة به، وهذه الأنشطة هي محصلة التفاعل بين العوامل الشخصية والعوامل البيئية".

 بأنه أي نشاط يصدر عن الإنسان سواءً كان أفعالا يمكن ملاحظتها وقياسها كالنشاطات الفسيولوجية والحركية أو نشاطات تتم على نحو غير ملحوظ كالتفكير.

**كما يقصد بالسلوك:** "جميع أوجه النشاط العقلي والحركي الانفعالي والاجتماعي التي يقوم الفرد؛ لكي يتوافق مع بيئته ويشبع حاجاته ويحل مشكلاته".

**السلوك الرياضي**: "هو رد فعل طبيعي لمجموعة من الدوافع في أثناء التدريب والمنافسات وليس سلوكاً تلقائياً، وهذا السلوك غرضي دائماً، إذ يتجه نحو أهداف رياضية معينة تظهر في إشباع حاجة أو أكثر من الحاجات النفسية للشخص الرياضي".

إنَّ سلوك اللاعب وما يحققه من انجاز ومستوى في التدريب أو المباريات يعتمد على موقفه الداخلي واندفاعه وحماسه تُجاه الواجب المكلف بأدائه، إذ إنَّ هذا الموقف والتطلع والطموح والسعي إلى تحقيق الانجاز فضلاً عن اهتمامه بحل المشكلات الرياضية التي قد تعترضه، وهذه كلها تقود إلى زيادة اندفاعه وحماسه وتحفيزه من أجل الوصول إلى الإنجاز الأفضل من خلال العلاقة المتبادلة مع بقية المؤثرات والعوامل والصفات الأخرى الجسمية والمهارية والنفسية والظروف الخارجية. إنَّ سلوك اللاعب يعدُّ الأساس الذي تعتمده مواضيع علم النفس، وإنّ السلوك هو: كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة إزاء موقف يواجهه أو مشكلة يحلها أو خطر يتهدده أو قرار يتخذه.

ونموذج التصرف الرياضي ينشأ بوساطة النظرة إلى علم النفس الرياضي الذي ينتج اولاً من متطلبات الانجاز الرياضي في التدريب والسباقات ونتيجة التنظيم المشترك لتوجيه التصرف. فقابلية الرياضي إلى التوجيه الشعوري فإنَّ سلوكه يكون عن طريق تعلم الرياضي جوانب متعددة في عملية التدريب وهدفه وشعوره، إذ إنَّ توجيه الشعور على التصرف أو السلوك الكامل لتحقيق التصرف أو النشاط الواحد. الحالة النهائية لكل المجريات التي ذكرت بخصوص هذا الموضوع، حتى وإن ضبطت وأتقنت جميع خطواتها بحسب تسلسلها وكلاً في مكانه وزمانه متطابقاً مع الحالات التي يشير لها الموقف في أثناء اللعب، أرى أنَّه تبقى في حالة قصور وعدم اكتمال والفيصل الذي يحسم الموضوع بعد اتخاذ القرار هو **السلوك والتصرف العملي** **التطبيقي**، وتجدر الإشارة في هذا الجانب الى أنَّ **(السلوك الخططي)** يعدُّ "الحصيلة النهائية والعملية التطبيقية للانتباه والإدراك والتفكير والتوقع واتخاذ القرار بالتصرف الخططي في ظل الظروف المحيطة كافة والذي ينتج عنه أداء تنفيذي خططي".

 يختلف سلوك اللاعبين حسب المشاكل والصعوبات التي تواجههم أثناء ممارسة النشاطات الرياضية ، اذ نلاحظ بعض الرياضيين يضاعفون جهودهم ويجمعون كل قواهم ويحاولون تكرار الأداء وخاصة عندما يشعرون بهبوط المستوى او الفشل في تحقيق انجاز وذلك للتغلب على العقبة او المشكلة التي اعترضتهم او محاولة التخلص منها وإزالتها دون الشعور باليأس والإحباط والتراجع من اللحظة الأولى . فإذا لم يستطع الرياضي من التغلب على هذه العقبات يلجأ الى اختيار حلول بديلة لتجاوز الصعوبات ، فقد يلجأ الى تغيير الأهداف المعوقة بأخرى جديدة او تأجيله الى وقت محدد يستطيع تحقيقه وانجازه والوصول أليه ، او يستقبل اللاعب في هذه الحالات نصائح وتوجيهات المدرب عن الأخطاء التي صادفته بسبب المعوقات الموجودة وإعطائه معلومات ومهارات جديدة تساعده على حل مشكلاته (23). " ان النشاط الرياضي ملئ بألوان متعددة من الخبرات والانفعالات التي تتميز بقوتها كما أنها تؤثر بشكل كبير على سلوك اللاعب ، ويتطلب هذا الأمر من اللاعب الإمكانية والقدرة على السيطرة على انفعالاته والتحكم بها بشكل صحيح . والسلوك هو الاستجابات الحركية الغدية أي الاستجابات الصادرة عن العضلات او الغدد الموجودة في الجسم او الأفعال والحركات العضلية او الغدية (22).

**وفي ضوء ذلك فأن السلوك هو:**
1. كل ما يفعله الإنسان ويقوله
2. كل ما يصدر عنه من نشاط عقلي كالإدراك والتفكير والتخيل
3. كل ما يستشعره من تأثيرات وجدانية وانفعالية (إحساس اللذة والألم الشعور بالضيق-الخوف-الغضب).

**المبحث الثالث : المحاضرات النظرية**: ( 28)

 يأخذ التدريب النظري حصَّة كبيرة في مجال تدريب كرة القدم الحديثة؛ وذلك لأهميته في إعداد وبناء اللاعب إلى جانب بقية الأنواع الأخرى التي تساعد في ذلك لغرض الوصول به إلى مستوى متطور ومتقدم في لعبة كرة القدم، إذ يساهم الجانب النظري مساهمة فعالة لأهميته في اكتمال إطار ومحتوى البرنامج التدريبي، ويشتمل التدريب النظري على الأقسام الأساسية الآتية:

* إبراز دور وأهمية الجانب الفني في كرة القدم الحديثة.
* طرق التدريب والتطورات التي رافقتها.
* الحالة الصحية للاعبين وكيفية المحافظة عليها.
* قوانين اللعب والتعديلات الحاصلة عليها.
* تنظيم تغذية اللاعبين.
* الإصابات التي يتعرض لها اللاعبون وعلاجها.
* الإعداد المعنوي والنفسي للاعبين وطرق التأهيل للاشتراك في التدريب.

من أجل تحقيق عملية البناء التكتيكي في كرة القدم لابُدَّ من اكتساب المعرفة والمعلومات والخبرات النظرية إلى جانب المعلومات العملية الميدانية؛ لكي تحصل عملية البناء المتكامل للنواحي التكتيكية.

إنَّ المعرفة الواسعة من لدن اللاعبين للجوانب بالنشاط من الناحية النظرية يستطيع من خلالها فهم واستيعاب أمور اللعبة وما يتعلق بها وهذا يسهل عليه تحقيق البناء الصحيح للنواحي التكتيكية، يجعل اللاعب بعيداً عن الكثير من الأخطاء المحتمل الوقوع بها. وفي ضوء المعلومات والخبرات النظرية تبنى الجوانب التكتيكية العلمية التي تنفذ خلال المباراة، حيث يلعب المدرِّب دوراً فعالاً في تزويد اللاعبين بهذه المعلومات عن طريق إلقاء المحاضرات النظرية والشرح والتوضيح لجميع الظروف الخاصة بمتطلبات لعبة كرة القدم وظروف المباراة.

يجب أن يتم تحقيق البناء والوحدة المتكاملة بين الجوانب العملية والنظرية المتعلقة بالجوانب التكتيكية وعلى المدرّب تزويد اللاعبين بالمعلومات النظرية عند البدء بتعليم النواحي التكتيكية، ضمن خلال هذه المعلومات يتم البناء التكتيكي النظري. وهذا يعني أنَّ الشرح المتواصل يؤدي إلى حصول تراكم هذه المعلومات حيث يستذكرها ويسترجعها اللاعب وقت الحاجة. وهنا لابُدَّ من مراعاة النقاط الآتية:

* ضرورة تناسب وتلاؤم المعلومات النظرية للاعبين والمستوى العام الذي يمتلكه اللاعب.
* الاستمرار بإعطاء المعلومات النظرية والعلمية الخاصة بالبناء التكتيكي في مراحل التعليم وعلى أساس ذلك يجب أن تكون هذه المعلومات فعَّالة ويستفاد منها اللاعب خلال البطولة.
* العمل على ثبات هذه المعلومات وتحويله الى الآلية وعكس ذلك يقود إلى إرباك اللاعب ويضيع الوقت في إيجاد الحلول المنطقية الفكرية للواجبات التكتيكية ممَّا يعقد الحالة أكثر ويصبح تأثيرها سلبياً على مراحل تذكير اللاعب.
* لوسائل الإيضاح الثابتة (صور، أفلام، سلايدات....الخ) دورها الفَعَّال في تعميق التعليم النظري التكتيكي. وإنَّ إمكانية اللاعب واستعداده لحلِّ الواجبات التكتيكية النظرية والمعروضة أمامهم على شكل صور وأفلام وسلايدات يكون باستطاعته حلّ الواجبات التكتيكية الثابتة من الناحية العلمية.
* إنَّ الواجب التكتيكي المطلوب أداؤه في المباراة يتحقق فكرياً أولاً ثم حركياً، أي أنَّ الحلول الفكرية تساعد على اختيار المناسب من الطرق والوسائل التي تحقق الواجب التكتيكي في زمن قصير من خلال القراءة الناقدة التحليلية لظروف المباراة ووضع اللاعب المنافس؛ لهذا يحدد اللاعب الحلول النظرية (الفكرية) ويحللها ويتصورها وبعد ذلك يقوم بعزل الحلول الصعبة التي لا يستطيع تنفيذها عملياً وللجوء الى الحلول التي يستطيع تنفيذها وأدائها حركيا بحسب الموقف.
* إنَّ الفشل في وضع الحلول الفكرية للواجبات الخططية من بعض اللاعبين يعود إلى:
* ضعف الملاحظة لديهم (عدم القراءة الصحيحة للمواقف الحاصلة في المبارة).
* القصور وعدم القدرة على الاستكشاف والتحليل العلمي الدقيق للفرق والمباراة.
* قلة المعلومات ونقص الخبرة الناتجة من قلة التجارب التكتيكية.
* عدم صحة التفكير.

إنَّ استيعاب وضعيات اللعب لا يقتصر على مجال الرؤية وحساب النظر والحركة فقط وإنَّما يتعدَّاه إلى التفكير الخاص بنشاط اللعب والمعلومات والتجارب حول ذلك، حيث إنَّ النجاح لا يقرره كثرة ما يلاحظ بقدر اختيار المهم من هذه الملاحظات وعزلها عن غير المهم بشكل سريع.

يعد تحليل اللاعب لوضعية اللعب والتفكير باختيار الحل المناسب من بين مجموع الحلول والبدائل المتوافرة لديه يؤدي الى رفع قابليته على اختيار التصرفات والحلول الصحيحة ممَّا لا يشك فيه سوف تتراكم هذه المعلومات والخبرات لديه ويساعده هذا على التوقع التكتيكي الصحيح لبعض المواقف والحالات في المباراة قبل حدوثها. إنَّ التعليم النظري الذي يقدم من خلال التوجيهات والإرشادات التي تلقى خلال المحاضرات لها دور مهم في إيصال الفكرة الى اللاعبين من أجل فهمها واستيعابها وتطبيقها سواء أكان ذلك في تعليم خطط اللعب او فنونه او التقسيمات الخاصة بالمباريات هذه الأمور جميعها تخدم الخطة التدريبية والبرنامج التدريبي والتفكير المبدع الذي يمتلكه اللاعب من خلال تجاربه وخبراته السابقة يعدُّ الأساس للملاحظة والتحليل العلمي الدقيق لوضعيات اللعب.

يعدُّ تقدير الزمن والمسافة من الفعاليات العقلية العليا التي لها تأثير كبير على سلوك اللاعب وانفعالاته واستجاباته وتحركاته خلال ممارسته للنشاط الرياضي وتظهر بوضوح في التذكر الحركي والتوقع والإحساسات وسرعة الإدراك للمواقف المختلفة، وإنَّ هذه العمليات تستند على الأجهزة الحسية فيما يتعلق بالظواهر الخارجية من إحساس وإدراك وعلى التفكير في جوهر المواد وعلاقتها وتأثيراتها المتبادلة بناءً على تلك المعرفة الحسية وعلى أحكام الخبرات التي تخزن في الذاكرة، فحاسة البصر تكمل إدراك مواقع الأجسام وان إدراك الزمان والمكان يشكل أهمية كبيرة في الإدراك الحسي الذي هو "عملية تأويل الإحساسات تأويلاً يزودنا بالمعلومات عَمَّا في عالمنا الخارجي من أشياء عن طريق الحواس".

**1.الإحساس بالزمن:** "قدرة اللاعب على تحديد المدة الزمنية؛ لغرض القيام بالواجب الحركي في تحديد دقة المناولة او التهديف".

**2.الإحساس بالمسافة:** "قدرة اللاعب على تحديد المسافة التي يستطيع أن يرسل اليها الكرة في التوقيت السليم وبالسرعة المطلوبة".

**وتتلخص أهمية الجوانب النظرية للاعب كرة القدم فيما يأتي:**

* إنَّ اكتساب اللاعب للمعارف والمعلومات الخاصة بخطة اللعب وفهمها نظرياً تسهِّل عليه مهمة تطبيقها ميدانياً، ويساعد ذلك بدرجة كبيرة في حصوله على التصورات اللازمة للأداء الخططي، وهذا الامر يفيد اللاعب في اكتساب السلوك الصحيح في أثناء المنافسات (المباريات).
* إنَّ المعارف والمعلومات النظرية التي يكتسبها اللاعب تساعد على حسن تحليل مواقف اللعب المختلفة واختيار أنسب الحلول اللازمة لمجابهة مثل هذه المواقف وبالتالي الإسراع في الأداء والتنفيذ.
* والمعلومات التي يحصل عليها اللاعب يتأسس عليها التطبيق العملي في أثناء اللعب هي التي تشكل الخبرات المختلفة له.
* إنَّ الحصول على المعلومات النظرية المرتبطة بخطط اللعب يتولد من خلال الشرح والمناقشات النظرية للمواقف المختلفة ومن خلال تطبيق نتائج ذلك بصورة عملية، كما ينتج أيضاً من خلال عمليات التقويم لمختلف المنافسات التي يؤدِّيها الفرد أو يشاهدها.
* ففي ثنايا الشرح والمناقشات النظرية يكتسب اللاعب مختلف المعلومات والمعارف عن قوانين المنافسة وعن طريقة اللعب وعن كيفية مجابهة بعض المواقف المعينة التي تحدث في أثناء اللعب، وعن أثر العوامل الخارجية وغير ذلك من مختلف المعارف والمعلومات التي ترتبط بحسن أداء خطة اللعب.

**المبحث الرابع : الاعتبارات الأساسية في التدريب على خطط اللعب:(28)**

إنَّ هدف التدريب على خطط اللعب هو العمل على زيادة مقدرة اللاعب على التصرف في أثناء المباراة بالأسلوب الذي يجعله يفوز بالمباراة أو على الأقل يظهر بالمظهر المشرِّف، ومن هذا المنطلق كان واجب التدريب على خطط اللعب كما يأتي:

1. أَن يكون لدى اللاعب القدرة على ملاحظة الموقف الخططي ويمكنه أَن يحلله بطريقة سليمة تجعله يقوم بالتنفيذ الخططي المناسب في لحظة واحدة أو بضع لحظات لا أكثر وإلاّ اختلف الموقف الخططي نظراً لتحرك المنافس.
2. أَن يختار اللاعب المهارة المناسبة للموقف الخططي من بين عدة مهارات أخرى .
3. أَن يقتصد اللاعب في استخدام الطاقة المبذولة، وأَن يبذل فقط الجهد المطلوب الذي يستطيع به أَن يتغلب على منافسه.
4. أَن يستطيع اللاعب القيام بتنفيذ خطط اللعب المدروسة في التدريب تحت أَصعب الظروف .
5. أَن تكون لدى اللاعب القدرة على المبادأة في التصرف في المواقف المفاجئة وغير المنتظرة في أثناء المنافسة.

يعتمد التدريب في أيَّ مجال رياضي على تهيئة مستلزمات نجاحه، وفي كرة القدم يتوقف نجاح التدريب على خطط اللعب كأحد المقومات الأساسية لكرة القدم، وتنفيذها يعتمد على الجوانب والاعتبارات الأساسية الآتية:

1. **المحاضرات النظرية:**

للمحاضرات النظرية أهمية كبيرة لإيصال المعلومات والمفاهيم المطلوبة في التدريب على الخطط الى اللاعبين وفهمها واستيعابها يسهل عليهم تطبيقها وأدائها في الميدان، حيث يقوم المدرب بشرح وتوضيح التمرينات الخططية والجمل الحركية وتحركات اللاعبين والكيفية التي تؤدى بها خطة اللعب، وإدراك كل لاعب واجباته الأساسية والإضافية، مع قناعة اللاعبين بعد وضوح ما مطلوب منهم يعطي ثقة كبيرة للاعبين والمدرب في تطبيق هذه الخطط في الملعب. ولأجل تقريب الحالة الى اللاعبين لكسب الوقت مع جهد قليل للحصول على المعلومة النظرية المرتبطة بالجانب التطبيقي، يجب الأخذ بنظر الاعتبار النقاط الآتية لأهمية المحاضرة في نجاح وتطبيق الخطة:

* عرض بعض الأفلام التي توضِّح خطة اللعب وتحركات اللاعبين.
* يعطي المدرب بعض الملاحظات والتوجيهات على أساس الحالة او الموقف في أثناء التطبيق .
* القيام بتحليل التمرينات مع الوقوف عند كل حركة وشرحها وتوضيحها.
* إشعار اللاعب بالمسؤولية الكبيرة للمباراة حتى يستطيع كل لاعب القيام بواجباته على أحسن وجه ممكن في القيام بالتصرف الصحيح والمناسب.
* قيام المدرب بشرح طريقة اللعب التي سوف تنفذ في المباراة، ومعرفة كل لاعب المركز الذي يشغله والواجبات المناطة له، فضلاً عن الواجبات العامة للفريق.
* عرض بعض من مباريات الفرق الأخرى وتحليلها، وهنا يطلع اللاعبون على مجريات لعب الفريق كمجموعة ويعرف كل لاعب المركز الذي يشغله والمنافس الذي يقابله، ويطلع على نقاط قوة وضعف المنافس ويبني تصوراً عن تحركات منافسهِ.
* تطوير القدرات الذهنية والإبداعية والابتكارية والخططية للاعبين عن طريق عرض حالة معينة أمامهم على السبورة أو عرض ( (CDأو سلايدات، ومحاولة معرفة كل منهم كيف يتصرف في مثل هذه الحالة.
* قيام اللاعبين بإجراء تحليل للمباراة ووضع الحلول لبعض الحالات التي تم تحديدها والتصرفات الصحيحة المطلوب أداؤها في هذه الحالات والمواقف، وهذا يعطي فرصة للاعب في أن يتعرف على أخطائه ومحاولة تصحيحها وعدم تكرارها مستقبلا.

من خلال الإعداد المعرفي يكسب اللاعبون الخبرات المهارية والخططية كما انَّه نرى وحدة فكر خططي بين اللاعبين تظهر في أثناء المباراة ولا تجعل المواقف المختلفة تمثل تحدياً لتفكير اللاعب وقدرته على التصرف السليم في أثناء المباراة.

ويتطلب الموقف الخططي للاعب خلال مجريات اللعب ان يحفز اللاعب قدراته العقلية المرتبطة بالموقف الحاصل في المباراة قادرة على الأداء الجيد ومن هذه القدرات هي:

* تركيز الانتباه .
* القدرة على الملاحظة .
* إدراك الموقف .
* التفكير السليم .
* الاستنتاج السليم .
* التصرف الحركي المناسب للموقف .
1. **تطبيق الخطة**

بعد إتمام متطلبات المحاضرات النظرية وتفهم اللاعبين لمحتوياتها، تبدأ المرحلة الثانية وهي تطبيق الخطة عملياً للتأكد من أدائها كما هو مطلوب، وهنا يجري وضع كل ما تعلمه اللاعبون في الجانب النظري في الخطوة الأولى موضع التطبيق والتنفيذ الميداني على وفق الأساليب والخطط المراد إتقانها والتي وضعت وخطط لها علمياً بشكل يضمن توجيه اللاعبين لتطبيق وتكرار الأداء لخدمة الخطة بالشكل النهائي، وفيما يأتي جملة من النقاط يجب أن تأخذ بنظر الاعتبار عند تطبيق التمرينات:

* يجب البدء بأداء التمرينات المهارية وتطبيقها في مساحات محددة يمكن التحكم بها، بحيث تكون في البداية صغيرة وبعد إتقان الأداء واستيعابه من اللاعبين يذهب الى زيادة المساحات المحددة للأداء .
* ربط المهارات التي تم إتقانها مع بعضها ليكون الأداء مركباً من عدَّة مهارات؛ لغرض الانتقال الى الجانب الخططي.
* أداء التمرينات الخططية بوجود مدافع سلبي ثم مدافع ايجابي وبعدها يتم زيادة عدد المدافعين وزيادة صعوبة التدريب عن طريق ربط الجانب المهاري بالجانب البدني في تمرينات مختلفة مثل: (3: 1) (2: 4) (3: 3) (4: 4) وهذا يزيد من صعوبة التمرينات ووضع محددات لها، وهنا تصبح التمرينات بدرجة من الصعوبة؛ بسبب زيادة الشدة فيها وهذا ما يعرف بالتعقيد التدريبي درجة صعوبة التمارين التي استخدمها المدرب في أثناء الجرعات التدريبية، وتؤدى هذه التمرينات في مساحات صغيرة لتنمية المهارات الأساسية والسيطرة على الكرة وجعلها تحت تصرفه والجري بالكرة وأداء المناولة السريعة والقدرة على الركض الى المناطق الخالية لإشغالها والسرعة في اخذ القرار والتصرف بحكمة .
* إعطاء التمرينات الخططية بحسب مقدرة اللاعبين المهارية، اي لا يكون التمرين صعباً ممّا يولد الملل وعدم إمكانية اللاعبين تطبيقه وتنعدم الفائدة منه وأن لا يكون التمرين سهلاً لا يحقق الفائدة منه.
1. **التطبيق في مباريات تجريبية**

بعد تولد القناعة لدى المدرب من تحقيق الخطوات السابقة والوصول الى إتقانها وأدائها بشكل دقيق يقوم بإعطاء بعض التوجيهات والنصائح والملاحظات يحاول إجراء اختبار عملي للاعبين لمعرفة مدى تطبيقهم للخطط والتعليمات والتوجيهات، من خلال مباريات تجريبية تكون ظروفها مشابهة أو قريبة من ظروف المباريات التنافسية، ويبدأ أولى هذه المباريات التجريبية مع فرق أقل من مستوى الفريق او بمستوى الفريق، وبعدها يمكن إجراء اختبار آخر مع فرق أقوى لغرض الاستفادة منه ومن ثم تحفيز اللاعبين لإبراز كل قدراتهم حتى يستقر المدرب على حالة الفريق وتشكيلته وبالتالي وضع تصور واضح عن كل لاعب، وكذلك معرفة نقاط قوة الفريق وضعفه، ويليه متسع من الوقت؛ لإجراء التغييرات والتعديلات وتصحيح الأخطاء قبل الذهاب الى المنافسات .والمباريات التجريبية هي اختبارات ومحاولات جادة ومفيدة لمعرفة مستوى اللاعبين والفريق على تنفيذ الواجبات والمهام الفردية والخطط الجماعية، وانَّ إجراء من (6 – 8) مباريات مع فرق متباينة المستوى تحقق فائدة كبيرة للفريق وتعطي قراءة واضحة للمدرب عن المستوى بشكل عام، وهنا يكون اللاعبون قد اكتملت لديهم الحالة التدريبية وأصبحوا في قمةِ مستوياتهم (الفورمة الرياضية) .

1. **تطبيق خطط اللعب في المباريات التنافسية**

في الخطوة الأخيرة من خطوات تدريب خطط اللعب يطلب المدرب من اللاعبين تنفيذ وتطبيق الخطط بشكل دقيق، وبعد انتهاء المباريات وفي وقت مناسب يقوم المدرب بتحليل المباراة السابقة ومعرفة مكامن القوة والضعف ومعرفة الأخطاء ومحاولة تصحيحها وبالتالي تحديد نسبة تطبيق اللاعبين لخطط اللعب والتزام كل لاعب بواجباته ونسبة تطبيقه لها سواء كانت خطط اللعب الفردية والجماعية أو الخطط الدفاعية والهجومية .