

## المهارات الأساسية بكرة القدم

هي مركب من عدة عوامل يستخدمها اللاعب في المباراة كالمهارة الفردية واللعب الجماعي ومعرفة قوانين اللعبة.

ف كرة القدم تتطلب أن يؤدي اللاعب المهارات الأساسية بمنتهى السرعة والدقة مع امكانية وقدرة عاليين في تغيير اتجاهه مع الكرة .

وهي تكنيك اللعبة والاداء الذي يقوم به اللاعب مع الكرة مباشرة أو الحركات التي يؤديها في المنطقة القريبة من الكرة حيث تحتوي كرة القدم على مهارات كثيرة يؤدي البعض منها بالكرة والاخر بدون كرة.

والمهارة تعني في المجال الرياضي "هي كل الحركات التي تؤدي بهدف محدد في حدود قانون اللعبة وهي جوهر الانجاز خلال المباريات.

وتعد المهارات الأساسية الركيزة الاولى لتحقيق الانجاز في مباريات كرة القدم لما يتوقف عليها الكثير من جوانب اللعب المختلفة.

كما أن "المهارات الأساسية في كرة القدم تعد القاعدة الأساسية للاداء وبدون إجادتها بدرجة عالية تصبح مهمة تنفيذ الخطط على اللاعبين بصورة صعبة ومن هذا المبدأ .

كما أنه يجب على لاعب كرة القدم إلزاماً إن يمتلك المهارات الأساسية كذلك لاعبي الفريق الواحد جميعاً وبكل خطوط اللعب المختلفة وذلك لفتح ثغرات في الفريق الخصم وكذلك السيطرة على مجريات اللعب والاستحواذ على الكرة ..... وهذا كله لا يكون إلا من خلال أملاك اللاعب جميع المهارات الأساسية من أجل مواجهة الفريق الخصم.

### • أنواع المهارات الأساسية:

تقسم المهارات الأساسية في كرة القدم الى نوعين

**أولاً: المهارات الأساسية بدون كرة (المهارات الأساسية البدنية)**

وتشمل (الجري وتغيير الاتجاه- الوثب- الخداع والتمويه- وقفة اللاعب المدافع)

**ثانياً: المهارات الأساسية بالكرة**

وتشمل(ركل الكرة بالرجل- السيطرة على الكرة- الجري بالكرة- ضرب الكرة بالرأس- الخداع

بالكرة – المهاجمة – رمية التماس- حراسة المرمى)

**كما قسمها مفتي أبراهيم الى:-**

١- ركل الكرة بالقدم وتتضمن.

أ- التمرير (المناوله).

ب- التصويب (التهديف).

ت- التشتيت (قطع).

٢- ضرب الكرة بالرأس وتتضمن.

أ- التمرير(المناوله).

ب- التصويب (التهديف).

ت- التشتيت (قطع).

٣- الجري.

٤- السيطرة على الكرة.

- ٥- المراوغة.
- ٦- مهاجمة الكرة في حوزة المنافس.
- ٧- مهارات حارس المرمى