

(الاعداد المهاري للاعب كرة القدم)

اعداد : م.د حسين حمزه نجم

م.م بلال عبد الحمزه عزيز

تاسعا: مهارة تشتيت الكرة:

تعد المعرفة والخبرة والامكانيات التي يمتاز بها اللاعب واجادته لأخذ المكان المناسب خلال ظروف اللعب المختلفة ، وبالذات في الدفاع سلاح اللاعب القوة في مهاجمة المنافس للاستحواذ على الكرة لغرض قطعها وتشتيتها حيث ان التشتيت هو سرعة الاستجابة للاعب للانقضاض على المنافس لقطع الكرة والسيطرة عليه.

والتشتيت ينقسم الى ثلاث طرق وفقا للوقت التي يهاجم فيه اللاعب المهاجم عند استقبال الكرة من قبل اللاعب المدافع ، وهذه الطرق هي :

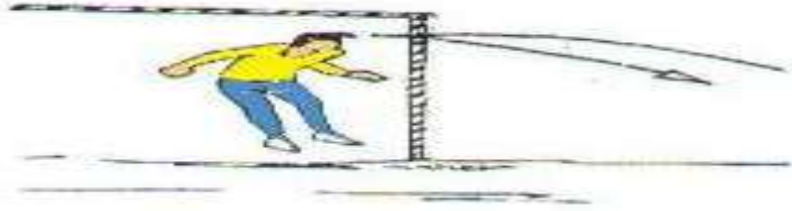
1-تشتيت الكرة قبل ان تصل الى المهاجم (قطع الكرة) : يتقدم المدافع باتجاه

الكرة لقطعها من امام المهاجم قبل ان يسيطر عليه وحركة المدافع هذه تجبر المهاجم الى التحرك بسرعة لاستقبال الكرة.

2-تشتيت الكرة لحظة تسلم المهاجم لها (محاولة الاستحواذ عليه) : تتوفر الفرصة الكبيرة للمدافع للحصول على الكرة في تلك اللحظة يكون كل اهتمامه هو السيطرة على الكرة لذا يستغل المدافع هذا الوقت ويباغت المهاجم ويبعد الكرة عنه قبل ان يستحوذ عليه .

3-تشتيت الكرة بعد استقبال المهاجم للكرة : لغرض نجاح المدافع في تحقيق

الغرض من المهاجم في هذا النوع عليه ان يمتلك صفات بدنية عالية ويستطيع التحكم في حركات جسمه ولديه سرعة رد الفعل واستجابة جيدة وعلية ان يدرك قبل كل شيء بدأ المهاجم.



تشتيت الكرة بالرأس

الشكل (13)

عاشرا: مهارة ابعاد الكرة :

تعد هذه المهارة من الوسائل الدفاعية التي يلجأ اليها المدافعون لتقليل الخطر عن المرمى مما يجعل ابعاد الكرة من قبل المدافعين امرا محكما عليا وان استخدام هذه المهارة لم يعد مقتصرنا على اللاعب المدافع بل اصبح من واجب اللاعب المهاجم اجادتها أيضا حيث تؤكد الخطط الحديثة لكرة القدم وكرة القدم على مهاجمة اللاعب المنافس بمجرد فقد الكرة مما يتطلب المتابعة والمراقبة الشديدة ثم انتهاز اللحظة المناسبة لأبعاد الكرة، تعد طريقة ابعاد الكرة احد الوسائل الأساسية التي يجب ان يتقنها اللاعب لأهميتها الكبيرة في حماية المرمى والدفاع عنه والغرض منها هو:

1- ابعاد الكرة من اللاعب المنافس الحائز عليه واخراجها من تحت سيطرته .

2- الحصول على الكرة ووضعها تحت السيطرة .

وهناك صفات معينة يجب ان يتمتع بها اللاعب اثناء قطع الكرة وابعادها ومنها، استعدادات بدنية من سرعة وقوة وتحمل وقوة مميزة بالسرعة وسرعة استجابة وصفات نفسية كالشجاعة والكفاح والمثابرة والثقة بالنفس ، وبذلك فإن عملية ابعاد الكرة تتم بثلاثة حالات وهي :

- 1- قطع الكرة قبل ان تصل للاعب المهاجم .
- 2- اخذ الكرة من اللاعب المنافس في اللحظة التي تصله .
- 3- الهجوم القانوني على اللاعب المنافس.