

عنوان السمنار

ثقافة الفوز والأعداد

الخططى للمدرب



عناصر الفوز في كرة القدم

1- ثقافة الفوز

2- اللياقة البدنية

3- النواحي النفسية

4- التكتيك

5- النواحي النظرية

6- التكتيك

ثقافية الفوز في كرة القدم

- ان تركز على المباراة اعتمادا على مبدء فكر في
المباراة

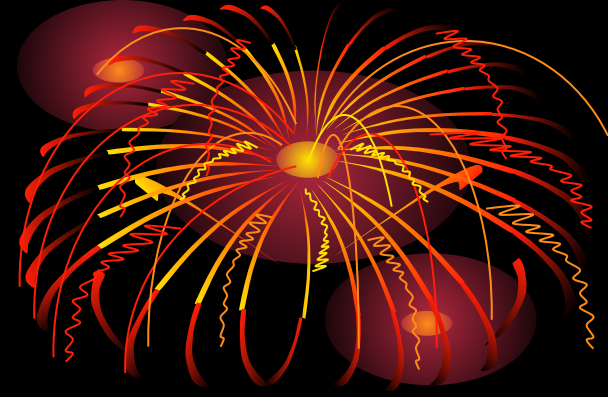
- معرفة مكان القوة والضعف

- ضغط على حامل الكرة

- اعتماد على الكرات الثابتة

- استغلال ضعف حارس المرمى

2- اللياقة البدنية



30%

المطاولة

20%

القوة

20%

السرعة

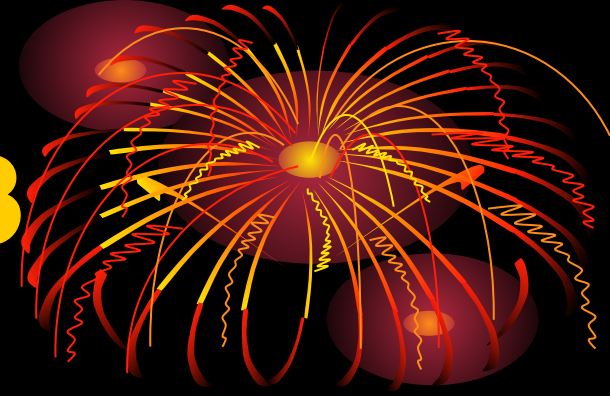
20%

الرشاقة

10%

المرونة

3- النواحي النفسية

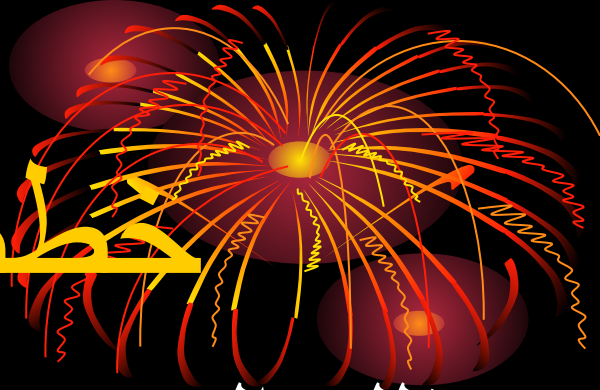


-كثرة الأخطاء في المباريات

-انخفاض مستوى الاداء

-عدم الالتزام بالواجبات الخطئية

حَطَطَ اللعب (التكتيك)



• تلك المجهودات التي يؤديها اللاعبون بصورة فردية او زوجية او جماعية او فرقية في حالتها الدفاع والهجوم من اجل تحقيق الفوز على الخصم

ان الخطط تقسم الى قسمين هما :

أ. قسم نظري (الجهود الذهنية)

ب. قسم عملي (الجهود البدنية)

كيف تؤدي التمرينات الخطئية



- يجب ان يؤدي تمرين في مساحة صغيرة.
- يجب ان يرتبط التمرين الخطئي بوجود خصم.
- يجب ان تكون التمرينات الخطئية تتمشى مع امكانية مهارات للاعبين.
- ان يطبق في المباريات التجريبية
- ان يطبق في المباريات الرسمية

عوامل اختيار التكتيك

1- إمكانية الفريق نفسه (قدرة الفريق)

2- دراسة الخصم وقابلياته من جميع النواحي.

3- الظروف الخارجية وتشمل:-

*** الحالة الجوية**

*** المتفرجين**

*** وقت المباراة**

*** أهمية المباراة بالنسبة للفريق**

■ حكم المباراة ويشمل:-

* حكم غير عادل

* حكم صارم


* حكم محلي

■ تسجيل الاهداف والنتيجة وتشمل:-

* من البادئ في تسجيل الاهداف

* اللعب من أجل الوقت المسموح أو غير المسموح

* التبديل في صفوف المدافعين و المهاجمين

- 
- تسجيل الاهداف والنتيجة وتشمل :-
 - * من البادئ في تسجيل الاهداف
 - * اللعب من اجل الوقت المسموح
 - * اللعب من اجل الوقت غير المسموح
 - * التبديل في صفوف المدافعين والمهاجمين

أنواع خطط اللعب

التكتيك الهجومي
التكتيك الدفاعي

● التكتيك الهجومي = مجموعة الأعمال والإجراءات التي ينفذها الفريق الذي يملك الكرة ويشمل التكتيك الفردي في الهجوم والتكتيك الجماعي في الهجوم والتكتيك الفرقي في الهجوم

● تكتيك الدفاعي = مجموع الأعمال والإجراءات التي ينفذها الفريق في أي مكان من أماكن الملعب في حالة فقدان الكرة وامتلاك الفريق الخصم لها، ويشمل دفاع رجل رجل، ودفاع المنطقة، ودفاع المرمى