

(الاعداد المهاري للاعب كرة القدم)

اعداد : م.د حسين حمزه نجم

م.م بلال عبد الحمزه عزيز

سابعا: مهارة الخداع والمراوغة:

تعد هذا المهارة من المهارات المهمة والاساسية في لعبة كرة القدم وتعني قدرة اللاعب المستحوذ على الكرة من اجتياز منافسة واحدة او اكثر من خلال التحكم والسيطرة واجادة الخداع شريطة ان تبقى الكرة تحت سيطرتها ، وهذه المهارة بحاجة الى توافق عضلي عصبي عال مع سيطرة تامة على الكرة فضلا عن إجادة جميع فنون الخداع كونه يسبق عملية الاجتياز ولا يتم بدونه اضافة الى تمتع اللاعب بسرعة الاستجابة وسرعة اتخاذ القرار".

والمراوغة هي حركات التمويه والخداع التي يؤديها اللاعب بهدف التخلص من مدافع في الفريق المنافس ، إذ كثيرا ما يصبح اللاعب المستحوذ على الكرة مضغوط بمدافع الامر الذي ينتج عنه عدم اتاحة أي فرصة للتمرير الى زميله او التهديف الى المرمى.

حيث ان المراوغة هي فن التخلص من اللاعب المنافس وتهدف الى زعزعة الفريق المنافس وايجاد فراغات في صفوفه لغرض المرور منها وتسجيل او صناعة الاهداف .

" والمراوغة عنصر مهم لمهارات لاعب كرة القدم في الدفاع والهجوم وغالبا ما تكون هذه المهارة تحتاج الى عناصر اساسية لابد ان يمتلكها اللاعب في مجال التكنيك العالي والبدني والذهني بالإضافة الى الخبرة الكبيرة في مهارات فنون اللعب الحديث في كرة القدم .

وعلى اللاعب الذي يبدأ بمراوغة المنافس عليه ان يضع في ذهنه الخطوة التالية والمناسبة كأن يسدد او يمرر لتكون اكثر خطورة على الفريق الاخر.

على اللاعب ان لا يلجأ للمراوغة في حالة الهجوم المعاكس او عند وجود خشونة متعمدة في بعض الاحيان من قبل الفريق المنافس لشعور المدافع بأن هذه المهاجم الذي يعتمد الاحتفاظ بالكرة والمراوغة مما يجعله يلجأ في بعض الاحيان الى الخشونة ضدها للحد من خطورتها كذلك يجب الا يلجأ اللاعب الى المحاورة في كل وقت بل في الحالات والمواقف الحرجة التي تتطلب ذلك .

وتعتمد المراوغة على عنصرين اساسيين من العناصر البدنية وهي المرونة والرشاقة بجانب السرعة (سرعة رد الفعل - سرعة الحركة) كما انها تعتمد على مدى ذكاء اللاعب وتوقعها لحركات المدافع وتحركات باقي اللاعبين في الملعب ، كما ان المراوغة لا تعتمد على اللاعب الذي لديه الكرة فقط بل تعتمد على زميلاتها وتحركاتهن في الملعب وتسهيلهن لمهمتها.

" وبالرغم من ان طرق وأساليب المراوغة قد تكون وليدة الموقف ذاته الا ان

بالخبرة وجد ان هناك انواع للمراوغة يمكن تعليمها للاعبات وهذه الانواع هي :

- 1-المراوغة بدفع الكرة الى الامام من جانب قدم ارتكاز المنافس .
- 2-المراوغة بالتمويه الى جانب والمرور من الجانب الآخر .
- 3-المراوغة بخداع تمرير الكرة بباطن القدم .
- 4-المراوغة بسحب الكرة للخلف ثم دفعها للأمام .

لعب الفريق المنافس وافشال خطط لعبه ومنعه من الوصول الى المرمى
من دون ارتكاب مخالفة. كما موضح في الشكل (12).



شكل (12)

وهناك عدة مفاهيم أساسية لتطبيق تلك المهارة ومنها :

- 1- الانتظار والصبر للمدافع قبل اتخاذ القرار في قطع الكرة من المنافس .
- 2- الانتباه لحركة الكرة واللاعب المنافس عند الاستلام .
- 3- توزيع زاوية النظر بين الملعب والمنافس الزميل والكرة .
- 4- وضعية الجسم والتحدي للمنافس بقطع الكرة وفق أسلوب اللعب والتطبيق .
- 5- التواصل الجيد مع اللاعبين الآخرين .
- 6- الضغط على المنافس واتخاذ اللحظة المناسبة لقطع الكرة .

من الفعاليات الأساسية في كرة قدم هي فعاليات قطع الكرة واقتناصها ولقطع الكرة هدفان:

- أ-** اخراج الكرة من سيطرة الفريق المنافس فاذا نجح اللاعب في هذا فانه قد قام بعمل جيد حتى اذ لم يستطع السيطرة على الكرة
- ب-** اقتناص الكرة أي اخراج الكرة من سيطرة الفريق المنافس ووضعها تحت سيطرة الخاصة له وان اللاعب اذا استطاع ان يحقق الهدف فإنه طبعاً اجود من الهدف الأول .

وعادة يكون القطع باتجاهين :

أولاً: القطع المباشر : نعني به قطع الكرة من المنافس عند الالتحام معه مباشرة اثناء حركة اللعب.

ثانياً: القطع الغير مباشر : نعني به اعتراض الكرة وقطعها من أخطاء لاعبي الفريق المنافس ، اما وضعية الكرة تحدد نوع القطع (أرضية او في الهواء) .
لمهارة قطع الكرة نوعان هما:

1- قطع الكرة من مسافة قريبة : والتي تستعمل لقطع الكرات من اللاعب الحائز على الكرة لمسافة لا تزيد عن 1.5 م .

2- قطع الكرة من مسافة متوسطة : يستعمل هذا الأسلوب لقطع الكرات التي تزيد مسافتها على 1.5-2 م وتنقسم الى ثلاثة اقسام :

- القطع من الامام يستعمل عندما يكون اللاعبان مواجهين بعضهما لبعض .
- القطع من الجانب يستعمل هذا النوع عندما يكون اللاعبان يسيران بمستوى واحد.

- القطع من الخلف يستعمل هذا النوع عندما يكون اللاعب المهاجم اما اللاعب المدافع ويعد من اصعب أنواع القطع.